

Percorso Piante d'interesse Erboristico

Giardino Botanico Giangio Lorenzoni – Pian del Cansiglio

A cura di Vittorio Alberti Erborista & Fitopreparatore - Erboristeria Armonia via Nazionale n. 74 b- Quero (BI) tel. 0439 788443

Le piante sono state da sempre parte della vita e dell'ambiente in cui viveva l'uomo e pertanto da lui utilizzate per l'alimentazione, per costruire strumenti di lavoro, per tessere indumenti, costruire abitazioni, oggetti d'uso comune ecc.

Capire che una pianta è commestibile o velenosa fa la differenza e sicuramente i tentativi e le prove sono state innumerevoli.

Quindi parleremo di cultura delle erbe per il semplice fatto che è fondamentale imparare per poi trasmettere le conoscenze al altri, quindi senza alcun problema potremmo dire che l'erboristeria è la sommatoria delle conoscenze trasmesse di generazione in generazione all'interno d'una comunità per poter al meglio sopravvivere ed affrontare le malattie.

La visita al Giardino Botanico del Cansiglio è l'occasione per vedere le piante nel loro ambiente naturale e per comprendere il rapporto tra i vari ecosistemi e le piante.

Altresì, ritengo che sia la giusta conclusione del corso di Erboristeria Applicata che abbiamo fatto insieme, il quale ha come obiettivo principale rendere conoscibile l'erboristeria e democratico il suo uso per una migliore salute del corpo e dello spirito.

Si parte dall' Orto dei Semplici e si entra nella zona E: Boschi

01	<p>Ribes alpinum</p> <p>Nome volgare: Ribes alpino Famiglia Grossulariaceae- Saxifragaceae</p> <p>Il termine Ribes deriva dal nome arabo di una pianta dal succo piacevole e acidulo. Il genere Ribes è diffuso in quasi tutta l'Europa e in gran parte del Nordamerica. È presente anche in tutta l'Asia a nord di una linea che collega il Caucaso al Giappone meridionale, in aree ristrette del Nordafrica e lungo le Ande fino alla Terra del Fuoco.</p>	<p>Ribes alpinum è un arbusto a crescita lenta, alto fino a 2,50 m, con portamento cespuglioso (è all'incirca tanto largo che alto).</p> <p>Le foglie sono palmato-lobate, con margine dentato, lunghe 2-4 cm.</p> <p>Fiorisce tra aprile e maggio, con fiori verdognoli raccolti in infiorescenze. Il ribes è una pianta dioica, ogni esemplare produce solo fiori maschili o solo fiori femminili.</p> <p>I frutti sono bacche rosse, commestibili, dolci ma un po' insipide.</p>	<p>In erboristeria si utilizza la varietà Ribes nigrum gemme Parti usate: gemme.</p> <p>Attività Farmacologica: antiallergico, potente antinfiammatorio, stimola le ghiandole surrenali, antidismenorricico. Indicazioni terapeutiche: allergie (di tutti i tipi... asma, rinite, pelle) , cisti ovariche, fibromi uterini, dismenorrea, ipotensione</p>
02	<p>Petasites albus</p> <p>Farfaraccio bianco Famiglia delle Asteraceae</p> <p>Habitat naturale: Boschi umidi, scarpate, argini di fiumi e torrenti tra 1000 e 2000 metri, più raramente a quote inferiori (fino a un minimo di 400 metri); fiorisce allo scioglimento delle nevi.</p>	<p>Periodo di fioritura: Da marzo a maggio (con clima favorevole già da fine gennaio – inizio febbraio)</p> <p>Descrizione della pianta: Pianta erbacea alta 15 – 30 cm quando fiorisce, sino a 60 cm all'epoca della fruttificazione con fusto circolare bianco verdastro e cavo. Le foglie basali compiono a fine fioritura e sono arrotondate, dentate in modo irregolare, con nervature nella pagina inferiore. I caratteristici capolini fiorali sono di colore biancastro.</p> <p>Un tempo il burro veniva conservato avvolto nelle sue foglie.</p>	<p>Parti usate: rizoma, capolini e foglie.</p> <p>Attività farmacologica: emenagoghe, vulnerarie, sedative e ipnotiche Indicazioni terapeutiche: rinite allergica (febbre da fieno), l'asma, l'emigrania, i disturbi del tratto uro-genitale, del tratto gastro intestinale e della colecisti, I suoi costituenti sono petasina e isopetasina, due potenti agenti vasodilatatori che sembrano capaci di inibire i responsabili del processo infiammatorio che sta alla base dell'emigrania e la</p>

	L'appellativo petasites che gli viene attribuito, deriva dal nome di un cappello alla cui forma richiamano le grandi foglie cuoriformi della pianta.		sua capacità di ridurre in maniera significativa la frequenza degli attacchi di emicrania fino a un massimo del 60%.
03	<p>Oxalis acetosella</p> <p>Nome Volgare: acetosella Famiglia delle Ossalidaceae</p> <p>La pianta di Acetosella contiene l'acido ossalico che una volta veniva utilizzato dai droghieri per preparare il 'sale di acetosa' (attualmente ottenuto in maniera industriale), impiegato per pulire oggetti di cuoio, bronzo e rame, per detergere il bucato dalle macchie di ruggine ed inchiostro e come fissante per i colori. I contadini si servivano della pianta di Acetosella per preannunciare le condizioni del tempo poiché le sue foglie, come si chiudono al giungere della sera, allo stesso modo si chiudono di giorno qualora stia per arrivare la pioggia o un forte vento.</p>	<p>L'Acetosella, è una pianta molto diffusa ma non facile da individuare in quanto rassomiglia molto al trifoglio però se si assaggiano le sue foglie si riconoscono subito dal sapore caratteristico. E' una pianta tipica dei boschi umidi delle zone montane e sub montane. Si ritrova spesso nei giardini in quanto molto decorativa. E' una pianta perenne, senza fusto, molto piccola, con radice rizomatosa, foglie di colore verde pallido a forma di cuore. I fiori hanno 5 petali di colore bianco- rosato con striature rosa. Fiorisce in primavera (per Pasqua).</p> <p>In Italia si trova in prevalenza nelle zone ombrose (boschi) ed umide, ma anche pedemontane con particolare concentrazione nell'Italia settentrionale. Vegeta dal piano sino a 2000 m s.l.m. Non si trova nelle isole e zone litoranee.</p>	<p>Parti usate: foglie e raramente le radici.</p> <p>Proprietà L'acetosella è una pianta ricca di acido ossalico, vitamina C e mucillagini. Le proprietà dell'Acetosella sono: diuretica, antiscorbuto, depurativa, diuretica, febbrifuga, rinfrescante.</p> <p>Parti Utilizzate Della Pianta Le parti utilizzate dell'Acetosella sono: radici e foglie fresche raccolte preferibilmente a maggio-giugno perché con l'essiccazione perde le sue proprietà.</p> <p>Come Si Utilizza L'Acetosella di utilizza come decotto nel caso di problemi all'apparato digerente e come depurativa del sangue. Le compresse per le irritazioni cutanee. L'infuso bevuto mantiene la pelle elastica. Masticare le foglie fresche aiuta nel caso di ferite alla bocca. In cucina si usava e si usa per dare sapore al posto del limone. Un tempo l'Acetosella veniva usata per guarire la scrofolosi, una malattia di natura tubercolare dei linfonodi. Le foglie di Acetosella venivano cotte e poi impastate con lo strutto di maiale ed il cataplasma così ottenuto si spalmava sulla parte interessata e si lasciava agire per almeno un giorno.</p>
04	<p>Dryopteris filix-mas</p> <p>Nome volgare: Felce Maschio Famiglia Aspidiaceae</p> <p>La felce è dedicata a Pan ed è protagonista di molti rituali propiziatori, durante i quali vengono deposti sull'altare del dio silvestre, perché sacri a questa divinità. Questa pianta si dice abbia la capacità di generare il fiore magico di San Giovanni, con corolla candida, che nascerebbe tra il 23 ed il 24 giugno, con il potere di rendere invisibile chi lo possiede e donare poteri occulti e conoscenze, e protezione contro il male. Procurarsi il fiore (reale o immaginario che sia) occorre camminare nel bosco, durante il Solstizio, cercare i rizomi della felce maschio sedersi presso la pianta, tracciare, con un coltello, attorno a sé ed alla felce un cerchio, mettersi in attesa. Il cerchio è una protezione dalle forze negative, aspettate la</p>	<p>Felce maschio ha le pinnule acuminate e ben suddivise. Le spore sono in gruppi a forma rotondeggiante. Le felci sono Pteridofite, vale a dire piante prive di fiori, frutti e semi. E' una delle più comuni felci dei nostri boschi e la più diffusa; raggiunge l'altezza di un metro. Il rizoma di questa pianta è usato fin dall'antichità come vermifugo: impiegato contro la Tenia. Questa felce predilige luoghi ombreggiati. Per moltissimi anni queste piante sono state avvolte nel mistero perché non si riusciva a comprendere come potessero moltiplicarsi. Solo nel 1850 un libraio tedesco è riuscito a svelare il mistero: aveva osservato sulla pagina inferiore delle foglie, le spore, attraverso le quali la pianta si moltiplicava</p> <p>Le felci sono piante prive di fiori, di frutti e di semi e nella classificazione botanica sono inserite tra le Briofite (i maggiori rappresentanti sono i muschi) e le Gimnospermae. In questa grande famiglia delle Polipodiaceae ritroviamo circa 170 generi e più di 7000 specie suddivise in 14 sottofamiglie..</p>	<p>Parti usate: radice e fronde.</p> <p>Le proprietà dei rizomi di Dryopteris filix-mas sono particolarmente attive nei confronti di tutti i parassiti intestinali, tenie e ascaridi i quali, una volta paralizzati dai principi attivi contenuti nella pianta, vengono eliminati dall'intestino mediante un purgante.</p> <p>Le fronde e i rizomi sono utili per le loro proprietà antiartritiche e antireumatiche; vengono usati, in forma di polpa o tintura, per uso esterno. Le fronde di felce maschio allontanano le cimici e i parassiti dall'uomo.</p> <p>In veterinaria la polvere del rizoma è usata come vermifugo.</p>

	mezzanotte. Ma attenzione! Il fiore sboccia all'improvviso ed il suo massimo splendore dura un batter d'occhio.		
05	Athyrium filix femina Nome volgare: Felce femmina Famiglia: Athyriaceae.	Felce femmina, ha le pinnule meno acuminate e meno suddivise Le spore sono in gruppi a forma di fagiolo. Le felci sono Pteridofite, vale a dire piante prive di fiori, frutti e semi.	
06	Polygonatum odoratum Sigillo re salomone Famiglia: Liliacee Habitat: Nei boschi della zona montana e submontana. Tipica dei boschi di latifoglie freschi ed ombrosi dai 200-1500 m. Aprile giugno	Il sigillo di Salomone è una pianta erbacea alta anche 50 cm, con rizoma strisciante. I fusti sono da eretti ad arcuati, lisci ma angolosi. Le foglie sono alterne, quelle inferiori lungamente ovate le superiori più lanceolate, ruvide e di colore verde chiaro. I fiori nascono all'ascella delle foglie. Sono biancastri e tubulosi, retti da un sottile, corto peduncolo. Il frutto, autunnale, è una bacca globosa di colore bluastro, pruinosa. Contiene 1-3 semi, grinzosi.	Pianta ad alta tossicità. È sicura la presenza di saponine, soprattutto nei frutti e nei rizomi, ma in generale in tutta la pianta che risulta pericolosa, al solito, in special modo per l'organismo delicato dei bambini. Sono inoltre presenti altre sostanze tossiche affini ai glicosidi presenti nel mughetto. Curiosità: Il nome popolare di sigillo di Salomone deriva dalle cicatrici circolari, somiglianti, appunto, ad un sigillo, che la pianta dell'anno, morendo, lascia sul rizoma nodoso. Secondo un'antica credenza il sigillo di Salomone allontana gli spiriti maligni.
07	Arctium nemorosum Nome volgare: bardana selvatica Famiglia Composite (asteracee) Habitat: Boschi umidi, sentieri boschivi, cedui. E' studiando il principio della bardana, cioè la caratteristica dei frutti che si attaccano ai vestiti e ai peli degli animali che si è arrivati all'invenzione del velcro, usato come sistema tessile di chiusura	Fusto eretto, bubescence più o meno arrossato; rami patenti, alla fine penduli, formanti un complesso piramidale. Foglie inferiori con lamina ovale cuoriforme verde e glabra di sopra, bianco ragnatelosa di sotto; picciolo cavo; foglie cauline superiori sessili lanceolate. Tra Luglio e Settembre mostra dei piccoli fiori di colore rosa e forma sferica. Principi attivi.:inulina, polienine, acido arctico, arctiopicrina	Parti usate: radice. Attività farmacologica: depurativa generale, ipoglicemizzante, diuretica, uricosurica, antimicotica, antifungina, coleretica, antidermopatica... Indicazioni terapeutiche: dermatiti, dermatosi, dermatosi di varia natura, acne, eczemi, iperglicemia, eccesso d'acido urico nel sangue. Usare: in macerato idroalcolico. La tisana con radice secca non è attiva.
08	Daphne mezereum Nome volgare fior di stecco Famiglia delle Thymelaeaceae Habitat : questa pianta cresce di preferenza su suoli calcarei e terreni umidi dominati dalla vegetazione del rododendro, dell'ontano, del nocciolo, delle	Piccolo arbusto caducifoglio alto sino a 120 cm, con rami grigio-bruni, pelosi da giovani. Fioritura da febbraio a maggio, i fiori di color rosa carico hanno un profumo molto intenso e fiorisce quando ancora non ci sono le foglie, da qui il nome Fior di stecco. Le foglie si sviluppano all'apice dei rami dopo la fioritura, alterne, allittiche, oblanceolato-spatolate, di 1-2 x 4-8 cm. Il frutto è una drupa sferica, rossa, di 8-10 mm, matura in luglio-settembre. La pianta arriva fino al metro ed oltre di altezza e cresce	Tutte le parti di questa pianta sono molto tossiche (specialmente le bacche). Il suo succo ad esempio produce una forte azione irritante e produce delle vesciche sulla pelle. Le bacche se sono ingerite possono causare dei sintomi simili al soffocamento.

faggete, dei castagneti, boschi montani in genere e brughiere subalpine dai 500 ai 1800 m. s.l.

nell'intrico del bosco. Cresce nelle zone aride montane, ai margini dei boschi, nelle siepi, nei pascoli fra i 100 e i 2000 m.

Si svolta a sinistra e si entra nella zona G: prati naturali del Cansiglio

09 **Berberis vulgaris**

Nome volgare crespino
Famiglia delle Berberidaceae

Cresce nelle zone aride montane, ai margini dei boschi, nelle siepi, nei pascoli fra i 100 e i 2000 m.

È un albero alto da uno a tre metri con grosse radici scure all'esterno e gialle all'interno; la pianta presenta molti rami spinosi. Le foglie sono ellittiche, si restringono alla base in un corto picciolo e arrotondate all'apice; la superficie è larga e lucida, il margine è dentellato. Le foglie sono alterne sui rami lunghi oppure sono riunite in fascetti su dei rametti molto corti, alla base di ognuno dei quali è presente una spina composta da tre a sette aculei pungenti. Il frutto è una bacca lunga 1 cm, rossa e persistente sulla pianta, che contiene da due a tre semi dal guscio corneo.

Parti usate: foglie, frutti

Proprietà farmaceutiche: Amaricanti, toniche, astringenti, febbrifughe, depurative, diuretiche. Droga usata: foglie e frutti.

La corteccia delle radici è "pericolosa" usata in omeopatia

Uso in cucina: In autunno si raccolgono i frutti maturi da utilizzare freschi, essiccati o per preparare marmellate e sciroppi dal sapore leggermente acidulo.

10 **Rubus idaeus**

Nome volgare Lampone
Famiglia delle Rosaceae

Simbologia del Lampone : **Protezione, amore.**

Il lampone è un arbusto della famiglia delle Rosaceae, il cui omonimo frutto, di colore rosso e sapore dolce-acidulo è molto apprezzato nelle preparazioni alimentari. La fioritura avviene normalmente tra maggio e giugno mentre il frutto, composito, matura in tarda estate o inizio autunno. Cresce tipicamente negli spazi aperti all'interno di un bosco o colonizza opportunisticamente parti di bosco che sono stati oggetto di incendi o taglio del legno. È facilmente coltivabile nelle regioni temperate e ha una tendenza a diffondersi rapidamente.

Parti usate: gemme e frutti

Il Rubus Idaeus (germogli) contiene un insieme di sostanze miorilassanti, è un interessante antispastico uterino, è attivo sui dolori che appaiono all'inizio delle mestruazioni, oppure alla vigilia e diminuiscono o scompaiono quando si stabilisce il pieno flusso. Questo tipo di dismenorrea è in rapporto con uno spasmo dell'utero. Il Rubus Idaeus esercita un'azione frenante sul lobo anteriore dell'ipofisi e regola in particolare la secrezione ovarica. La fragarina contenuta nel Rubus Idaeus induce un rilassamento della muscolatura uterina, eliminando così le contrazioni secondarie.

Attività Farmacologica:

Riequilibratore del sistema endocrino femminile, antispasmodica uterina.

Indicazioni terapeutiche:

dismenorree, ipogonadismo femminile della pubertà, iperfollicolinermia, tensione mammaria, oligo-amenorree, cisti ovariche.

11 **Carduus Nutans**

Nome volgare: cardo rosso.
Famiglia: Compositae

In Italia è pianta comune, la si può trovare su quasi tutto il territorio; assente nella Pianura Padana e in Sardegna.

Vegeta nei terreni calcarei sassosi, o sabbiosi, negli incolti, nei pascoli aridi, al bordo dei campi e delle vie da giugno a ottobre, sino a 1.700 m.

Pianta biennale o perenne, di aspetto erbaceo, eretto, con grossa radice, alta sino a 100 cm. Il fusto è bianco-feltroso, appena ramoso, con ali spinose decorrenti dalla base. Le foglie basali formano rosetta, sono da largamente ellittiche a lanceolate, le cauline sono sessili, entrambe hanno margini con segmenti laterali acutamente spinosi. La superficie della lamina fogliare, è da glabra a pubescente. I fiori sono capolini globosi, solitari, portati da peduncoli penduli, circondati da squame involucrali, verdi le esterne rosse le interne, le corolle tubulose, sono di colore rosso-purpureo. I fusti: sono acheni ovoidali con pappo formato da file di peli ruvidi, uniti alla base.

Parti usate: foglie.

Proprietà ed usi:

i giovani fusti dei cardo sono eduli, cotti ricordano il sapore dei carciofi.

Indicazioni terapeutiche: depurante del sangue e del fegato. Febbrifugo.

In erboristeria non viene usato visto la presenza di altri "cardi" con attività farmacologica più attiva come il Cardo mariano ed il cardo santo.

<p>12</p>	<p>Carlina Acaulis</p> <p>Carlina Bianca Famiglia: Asteridae</p> <p>Fino a non molti anni fa era facile trovare appesa sulle porte delle case di campagna una Carlina acaulis per allontanare gli spiriti malvagi. Questa sorta di grossa margherita senza stelo che cresce nei prati di media e alta quota, non aveva però alcun potere magico ma sfruttava la natura della strega che, pur brutta, era comunque femmina e dunque curiosa: trovandola sulla porta della casa in cui voleva apportare malefici, ella non resisteva infatti alla tentazione di contarne i tantissimi pilucchi della corolla; e mentre soddisfaceva la sua curiosità, l'alba giungeva privandola dei suoi poteri.</p>	<p>La carlina è un fiore argentato aderente al terreno attorniato da foglie spinose e seghettate. La carlina vive fino ad una altitudine di duemila metri e si può comunemente trovare nei boschi e terreni sassosi. L'unica parte tipicamente utilizzata della carlina è la sua radice. Dato che possiede delle proprietà diuretiche e sudorifere. Un pratico e utile impiego per favorire la digestione e la drenazione dei liquidi è l'infuso di carlina che si ottiene mettendo a bollire circa 50grammi di radice tritata. Sulla carlina esistono vari cenni storici e stando ad una leggenda l'imperatore Carlo Magno avrebbe somministrato ai suoi soldati un preparato di questa pianta per guarirli dalla peste.</p>	<p>Parti usate: radice</p> <p>Sostanze presenti: essenza, inulina (uno zucchero digeribile anche dai diabetici), ossido di carlina (un antibiotico), potassio, calcio e magnesio. Una radice normalmente fornisce circa 1,5 % di essenze.</p> <p>Attività farmacologica: stomachica (che stimola la funzione digestiva), cicatrizzante, diuretica (migliora l'espulsione di impurità del sangue), diaforetica (agevola la traspirazione cutanea) e antibiotica. Viene considerata una pianta depurativa con buoni risultati sul fegato, cistifellea e apparato urinario.</p> <p>Parti usate: si utilizzano le radici (raccolte ad agosto-settembre) e con esse si preparano dei decotti, estratti fluidi o tintura. Sembra però che dosi elevate possono provocare vomito e diarrea (sono presenti delle sostanze irritanti per la mucosa intestinale).</p>
<p>13</p>	<p>Paeonia officinalis</p> <p>Nome volgare Peonia Famiglia Paeoniaceae</p> <p>Peonia da Paeon, medico greco degli dei a cui la pianta fu dedicata e che, secondo la leggenda, avrebbe guarito Plutone impiegando tale pianta (Omero, Iliade).</p>	<p>È una pianta erbacea perenne, alta fino a 60 cm. È caratterizzata da un robusto e profondo rizoma fusiforme, fusti lisci ed eretti con un unico grande fiore alla sommità, di colore rosso-cremisi nella varietà spontanea, di gradevole odore e a comparsa tra maggio e giugno. Parte utilizzata: radice e fiore</p> <p>Costituenti principali: Radice: - paenolo (metossi-acetofenolo), paeoniflorina - 0,4% di olio essenziale - 15-20% di amido</p> <p>Fiori: - antociani: peonina; flavonoidi, > derivati del kaempferolo - tannini (gallotannini)</p>	<p>Parti usate: radice e fiori</p> <p>Attività farmacologica: anticonvulsiva, sedativa, antispasmodica, antiepilettica, antinfiammatoria, analgesica, inibitrice delle secrezioni gastriche.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: turbe spastiche, tossi spastiche, nevralgie, ipersecrezione gastriche, turbe di natura nervosa.</p> <p>Credezenze popolari: Alla peonia venivano attribuite proprietà magiche: - Sulle navi fermava le tempeste in corso. - Efficace contro ogni demone e sortilegio, scacciava gli incubi notturni e posta sul guanciale oppure portata al collo in ghirlanda, favoriva sogni piacevoli. - Proteggeva la casa e le persone dai serpenti e gli animali feroci</p>
<p>14</p>	<p>Angelica Archangelica</p> <p>Nome volgare: Angelica Famiglia: Apiaceae (Ombrelliferae)</p> <p>Le radici vanno estirpate in autunno, lavate, tagliate a pezzi ed essiccate. Conservare in luoghi freschi e asciutti.</p> <p>l'Angelica archangelica (o Angelica officinalis) non va confusa con l'Angelica silvestris (o Angelica selvatica) comune in Italia ma dalla quale differisce perché molto meno profumata, più piccola sia come altezza che come dimensioni delle foglie che sono</p>	<p>L'angelica è una pianta alta fino a 2 mt. ed è diffusa nell'Europa nord orientale mentre in Italia non si ritrova facilmente allo stato spontaneo. La si ritrova solo in alcune zone soleggiate e fresche, riparate dal vento in alcune valli delle Alpi e degli Appennini fino a 3.000 m d'altitudine sia nei prati sia lungo i torrenti.</p> <p>L'angelica è una pianta erbacea perenne o biennali con portamento eretto, fusto robusto leggermente triangolare, in genere rossastro, percorso da numerose scanalature e molto ramificato con radice fittonante, grossa, carnosa, di colore bruno all'esterno e bianca all'interno.</p> <p>Le foglie sono alterne, bipennatosette, formate da numerose foglioline dentellate, larghe, di colore verde, più chiaro nella pagina inferiore e portate da dei lunghi piccioli e provviste di un'ampia guaina di colore verde chiaro che avvolge lo stelo.</p>	<p>Parti usate: radice, foglie, frutti</p> <p>Attività farmacologica: tonica digestiva, stomachica, colagogo, antispasmodica, regolatrice del ritmo cardiaco, espettorante, galattoga, tonica nervina.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: inappetenza, acidità gastrica, nervosismo dello stomaco, insufficienza epatica, nausea e vomiti da gravidanza, spasmi dello stomaco, bronchite, tosse, palpitazioni, emicrania, dismenorrea</p> <p>Le foglie crude possono essere aggiunte a insalate e salse. Gli steli decorticati possono essere canditi o utilizzati nella</p>

	<p>verdi uniforme su entrambe le pagine ed i fiori sono di colore bianco-rosato.</p> <p>L'Angelica, ha necessità di un clima fresco, umido, con terreni profondi, ben drenati, ricchi di sostanza organica e umidi. Tollera terreni con ph che vanno da 4,5 a 7. E' una pianta tollerante per le basse temperature e sopporta senza grossi problemi gli inverni rigidi.</p>	<p>I fiori di angelica sono giallo-verdastri disposti in ombrelle alla sommità degli steli con 20-30 raggi, vellutati alle estremità.</p> <p>I frutti sono degli acheni di colore marroncino provvisti di due semi con tre costole dorsali ben evidenti.</p>	<p>preparazione di liquori d'erbe. La radice di angelica è l'ingrediente principale del gin. Viene inoltre utilizzata per aromatizzare Cointreau e Vermouth. L'angelica è classificata tra le erbe dolci e profumate per eccellenza tanto che i suoi fiori, molto ricchi di nettare, sono sempre circondati dalle api. In passato l'angelica era conosciuta dagli antichi erboristi con in nome di "radice dello Spirito Santo" o "erba degli Angeli". Si credeva infatti che quest'erba fosse consacrata all'Arcangelo Michele che proteggeva dagli spiriti e dagli incantesimi.</p> <p>Secondo gli erboristi del 1500 l'angelica era il più efficace rimedio contro la peste e si raccomandava di annusare la sua radice imbevuta di aceto per preservarsi dal contagio e la tradizione voleva che questo rimedio fosse stato suggerito da un angelo ad un frate. Veniva anche molto utilizzata contro i veleni.</p> <p>Nei paesi nordici, nei periodi di carestia, le radici di angelica si macinavano e venivano aggiunte alla farina per fare il pane.</p> <p>Ai tempi degli antichi romani le foglie di angelica venivano bruciate per profumare e purificare gli ambienti inoltre assieme al rosmarino, alla melissa ed all'alloro, venivano utilizzate per risciacquare il bucato: in una grossa pentola si facevano bollire queste erbe che poi si versavano nell'acqua della conca nella quale si immergeva il bucato per il risciacquo.</p> <p>L'angelica in percentuale molto bassa viene utilizzata per dare aroma al tabacco da pipa</p>
15	<p>Pinus mugo</p> <p>Nome volgare: Pino mugo Famiglia Pinacee</p> <p>Appartiene alle Gymnospermae piante che hanno gymnós (nudo) e sperma (seme), e letteralmente significa "seme nudo". Infatti, i semi delle Gimnosperme non si formano all'interno di un ovario che diventa il frutto, ma sono nudi e disposti sulle scaglie di un cono o pigna da cui conifere.</p>	<p>Il Pino mugo, è un cespuglio aghiforme sempreverde, dal portamento generalmente prostrato od ad alberello a secondo delle condizioni ambientali ed appartiene al genere Pinus. Un bosco di pino mugo si chiama mugheto. Viene utilizzato per estrarre un olio dai rametti. È stato inserito nell'elenco delle piante officinali spontanee soggette alle disposizioni della legge 6 gennaio 1931 n. 99.</p>	<p>Parti usate: "coni" e getti primaverili.</p> <p>Attività farmacologica: espettorante, disinfettante e germicida; ha un effetto calmante e balsamico sulle vie respiratorie.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: tosse, pertosse infezioni alle vie respiratorie.</p> <p>Vi ricordiamo che gli oli essenziali si assumono aggiungendoli ad una soluzione alcolica, ottimo in una tintura idroalcolica di drosera, Isoppo, erisimo ecc.</p>
16	<p>Aconitum Napellus</p> <p>Nome volgare: Aconito napello Famiglia delle ranunculaceae</p> <p>La pianta più velenosa della flora italiana.</p> <p>Dal greco: pianta velenosa (aconitum). La pianta infatti risulta conosciuta fin dai tempi dell'antichità omerica. Veniva usata come simbolo negativo (maleficio o vendetta) nella mitologia dei</p>	<p>È una pianta spontanea perenne, alta fino ad un metro e mezzo. Diffusa nelle regioni montagnose, cresce bene sia sui terreni umidi dei boschi di collina, sia sui terreni concimati nei dintorni di stalle o letamai dei pascoli montani.</p> <p>È una pianta molto bella la cui fioritura si verifica fra luglio e settembre con fiori a forma di elmo, generalmente di colore blu scuro.. Tutte le parti della pianta e in particolare le radici sono tossiche per il contenuto in alcaloidi, il principale dei quali è l'aconitina.</p> <p>L'Aconito è una pianta dalle forti doti curative ma estremamente velenosa difatti se parti della pianta vengono ingerite, immediata è la comparsa del prurito che dalla bocca si estende a tutto il volto, seguito</p>	<p>Composti chimici presenti nella pianta: aconitina, mesaconitina, neopellina, delfinina, ipaconitina, indaconitina, acido aconitico, acido malico e acido acetico.</p> <p>Attività farmacologica: Bastano pochi milligrammi dell'alcaloide aconitina per procurare la morte. Pertanto deve essere usata sotto la vigilanza costante del medico.</p> <p>In fitoterapia viene utilizzata per le sue marcate proprietà antinevralgiche, sedative, analgesiche. Le parti usate sono le foglie e la radice dotate in maggior misura dell'aconitina.</p>

	<p>popoli mediterranei. Il nome del genere sembra derivare anche dall'uso che se ne faceva in guerra: dardi e giavellotti con punte avvelenate. Usata in antichità anche durante le guerre come fumo "mortale" nelle trincee o cunicoli già 1000 ac. Nel 800 dc in Cina le prime bombe a gs di aconito.</p>	<p>da sensazione di freddo, sudorazione, dilatazione delle pupille, vomito, diarrea sanguinolenta e grave affaticamento. A volte si sono avuti intossicazioni e fenomeni irritativi locali solo tenendo un mazzo di questa pianta nelle mani, perchè i principi attivi vengono assorbiti anche attraverso la pelle.</p>	<p>In ogni caso l'Aconito è una pianta troppo pericolosa per essere usata.</p> <p>Curiosità: San Francesco di Sales scriveva: il miele di Eraclea era velenoso perché le api bottinano i fiori di Aconito, difatti tale miele fa venire il capogiro, confonde la vista e lascia la bocca amara come il peccato.</p>
17	<p>Tilia cordata</p> <p>Nome volgare: Tiglio selvatico Famiglia delle Tiliaceae</p> <p>In Italia esistono solo due tipi di tiglio la <i>Tilia cordata</i> e la <i>Tilia platyphyllos</i>, dal loro incrocio si forma l'ibrido <i>Tilia vulgaris</i> usata nei parchi. Il Tiglio è una pianta molto longeva. È famoso il tiglio del cimitero di Macugnaga, in provincia di Verbania, con una circonferenza di base di 7 m, che si ritiene messo a dimora nel XIII secolo. Altra curiosità: in Germania si trova un Tiglio, la cui chioma misura 133 metri di circonferenza; i suoi rami sono sostenuti da 106 colonne di pietra. Nel comune di Malborghetto (UD) si trova un tiglio di quasi 300 anni dichiarato monumento vegetale. È protetto da funi e sostegni e raggiunge un'altezza di 25 mt.</p>	<p>Albero di seconda grandezza con altezza fino a 25 m, con rami dalla corteccia grigia o marrone, foglie decidue, alterne, di colore verde brillante, glauche sulla pagina inferiore, con ciuffetti di peli rossici negli angoli delle nervatura, ovate-cordate, asimmetriche, fiori bratteati, profumati, primaverili, riuniti in infiorescenze ascellari, frutti con costole poco visibili ed endocarpo fragile. Le gemme sono alterne, globose, inizialmente di color verde poi rossastre, con solo due scaglie visibili.</p>	<p>Parti usate: fiori e bratee e gemme</p> <p>Attività farmacologica: sedativa del sistema nervoso, antispasmodica, stomachina, colagogo, sudorifera</p> <p>Indicazioni terapeutiche: Insonnia, ansietà, nervosismo, palpitazione,</p>
18	<p>Hieracium pilosella</p> <p>Nome volgare: Pilosella Famiglia: Compositae</p> <p>La pilosella venne segnalata per la prima volta da Santa Hildegarda, la Badessa di Bingen, per le sue proprietà diuretiche, nel XII sec.</p>	<p>La Pilosella, conosciuta anche come orecchio di topo è una pianta erbacea e perenne con rizoma strisciante alta dai 10 ai 20 cm. Le foglie della pilosella, raccolte in rosette radicali, si presentano intere, oblunghe e setolose con colore grigio verdastro inferiormente.</p>	<p>Parti usate: pianta fiorita.</p> <p>Attività farmacologica: diuretica, declorurante, azoturica, astringente.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: ritenzione idrica, gotta, eliminazione acido urico, ipertensione arteriosa.</p>
19	<p>Calluna vulgaris</p> <p>Nome volgare: Brugo Famiglia delle ericaceae</p> <p>Il genere <i>Calluna</i> si distingue dal genere affine <i>Erica</i> per la corolla e il calice divisi in quattro parti (tetramero e non pentamero come l'<i>Erica</i>). Spesso comunque viene confusa con le specie di questo genere, infatti la nostra pianta a volte è chiamata anche "Falsa erica" o impropriamente "Erica</p>	<p>Piccolo arbusto (70 cm) contorto con folti rami ascendenti e foglie embricate, persistenti, semplici, aghiformi, ellittiche, lanceolate, lunghe 0,5 cm.; sono disposte su 4 linee lungo i rami. Le infiorescenze sono costituite da fiori rosei e lucenti, con perianzio persistente e costituiscono lunghi grappoli terminali per lo più unilaterali. Hanno calice colorato, membranoso, corolla campanulata, più piccola del calice con i petali fusi solo alla base. Il frutto è una capsula</p>	<p>Parti usate: foglie e fiori.</p> <p>Attività farmacologica: antisettica delle vie urinarie, astringente, diuretica.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: infiammazioni vie urinarie, colibacillosi delle vie urinarie, cistiti, uretriti, stati diarroici.</p>

	<p>selvatica” . In Irlanda se si vogliono vedere le fate, le si deve aspettare sdraiati nell'erica, ma guai a mangiarne i fiori, specie di quella bianca, perché si diventerebbe subito un appartenente al piccolo popolo e non si potrebbe mai più tornare indietro.</p>		
20	<p>Arnica montana</p> <p>Nome volgare: Arnica Famiglia: Asteraceae</p> <p>L'Arnica montana è endemica in Europa, dalla Penisola iberica alla Scandinavia ed ai Carpazi. È assente dalle Isole Britanniche ed è relativamente rara in Italia. Cresce in terreni poveri (pascoli magri, brughiere e torbiere alte) e silicei (substrato acido); in zone montane da 500 a 2500 m s.l.m.</p>	<p>L'arnica montana è un'erba medicinale, ghiandolosa, perenne, a fusto eretto e mediamente robusto, alta 20 - 60 cm, dai grandi capolini di colore giallo aranciato con caratteristici petali "spettinati" e dal gradevole odore aromatico.</p> <p>Parte utilizzata: fiori</p> <p>Curiosità: Totalmente ignorata dagli antichi perché non cresce se non in alta montagna. Arnica appare citata nei testi medici, però solo a partire dal XV secolo.</p> <p>Nella tradizione popolare è conosciuta "Tabacco di montagna", in quanto le foglie essiccate venivano una volta usate come tabacco da naso.</p>	<p>Parti usate: fiori.</p> <p>Attività farmacologica: antiinfiammatorie, analgesiche, antieccchimotiche, antimicrobiche, antinevralgiche.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: ecchimosi conseguenti a contusioni e distorsioni stimolando la circolazione nella parte contusa.</p> <p>Attenzione il suo uso è solamente esterno evitare di ingerire i preparati in tintura idroalcolica o acquosa.</p> <p>Un altro effetto sfruttato nella terapia delle forme reumatiche è quello dell'iperemia con conseguente senso di calore dopo la sua applicazione.</p>
21	<p>Pinus Silvestris</p> <p>Nome volgare: pino silvestre Famiglia delle Pinaceae</p> <p>Questa pinacea occupa un vastissimo areale che va dagli Appennini , all' Europa del nord sino all' Asia nord-orientale. Si tratta di una pianta eliofila che sopporta climi rigidi e aridità. Frugale vegeta su qualsiasi substrato , ha rapido accrescimento e raggiunge i 40 m di altezza. Il legno di questo pino, cresciuto nelle zone dell' Europa sett. , è di buona qualità : ha albarno biancastro e durame rosso, è resistente e facile da lavorare.</p>	<p>Pianta sempreverde con foglie persistenti , aghiformi, inserite a due sui rametti. Lunghe 4-5 cm di colore verde con sfumature glauco-azzurre e andamento contorto e attorcigliato.</p> <p>I fiori: strutture masch. e femm. separate(come in tutte le Pinaceae) , ma presenti sulla stessa pianta. Infiorescenze masch. formate da microsporofilli riuniti in coni globosi giallastri che liberano il polline a primavera. Le strutture femminili sono costituite da piccoli coni (0,5 cm) di colore rosa o porpora.</p> <p>Non ha frutti, appartenendo alle <i>Gymnospermae</i>, dal greco <i>gymnós</i> (nudo) e <i>sperma</i> (seme), e letteralmente significa "seme nudo". Infatti, a differenza delle Angiosperme, i semi delle Gimnosperme non si formano all'interno di un ovario che diventa il frutto, ma sono nudi e disposti sulle scaglie di un cono (o pigna), o di una struttura simile.</p>	<p>Proprietà farmacologiche: antinfiammatoria, antireumatica e rigeneratrice del tessuto osseo.</p> <p>Indicazioni terapeutiche (sempre in combinazione con ribes nigrum): artrosi del ginocchio e dell'anca osteoporosi fragilità nelle fratture.</p>
22	<p>Betula alba</p> <p>Nome volgare: betulla bianca Famiglia: Betulaceae</p> <p>Il Genere enere comprendente alberi con rami sottili, corteccia tipica bianca o bruna, molto liscia, che si sfalda orizzontalmente in fogli sottili come carta; raramente si trovano arbusti nani con corteccia</p>	<p>È un albero dalle origini antichissime, comparso sulla terra oltre 30 milioni di anni fa, è stato in ogni epoca lungamente utilizzato dall'uomo.</p> <p>La Betulla è l' Olivo del Nord; i Russi la chiamano "pozzo del popolo", dà agli uomini il calore con il suo legno, la luce con la sua corteccia avvolta a torcia, la salute con la sua linfa.</p> <p>La femminilità della Betulla è attestata dal suo biancore virginale, dalla sua leggerezza, dall'abbondanza misteriosa della sua linfa; in Lei si esprimono le forze femminili della terra e delle acque.</p> <p>L'utilizzazione della pianta nella farmacopea, malgrado le sue origini antichissime, è molto più recente; nel XII secolo Santa Ildegarda cita</p>	<p>Parti usate: Foglie, linfa, corteccia, legno e gemme.</p> <p>Proprietà farmacologiche delle foglie e linfa: Diuretica, lassativa, febbrifuga, ipocolesterinizzanti, antigottose, urolitiche e diuretiche energiche, antitermiche. Balsamiche, depurative.</p> <p>Indicazioni terapeutiche delle foglie e linfa: Iperazotemia, oliguria da insufficienza cardio-renale, iperuricemia,</p>

<p>bruno-nerastra. Le foglie alterne, spicciolate, di forma variabile, sono ovali-triangolari o grossolanamente a forma di losanga. I fiori sono riuniti in amenti di sessi separati sullo stesso individuo. I frutti, molto piccoli, appiattiti, bordati da due piccole ali traslucide.</p>	<p>le proprietà cicatrizzanti dei fiori. Si deve a Conrad de Megenber (Ratisbona, 1350) la prima menzione della linfa di Betulla della quale Mattioli, due secoli più tardi, dirà che “ha grandi proprietà e virtù di rompere i sassi tanto ai reni che alla vescica, se si continua ad usare”; e fu così che la Betulla si vide concedere il titolo di “albero nefritico d’Europa” Composizione chimica: olio essenziale, acido ascorbico, flavonoidi (iperoside), glicosidi (quercitrina, luteolina), saponine, tannini. Betulina, canfora di betulla, principio balsamico 10-12% che imprime il colore bianco, accompagnata dai tannini; betulalbina resinosa, olio essenziale. Note: la linfa di betulla viene raccolta seguendo una tecnica particolare, all'inizio del mese di marzo, si praticano alcuni fori sulla corteccia esposta a sud, profondi da 2 a 5 cm leggermente obliqui verso l'alto, nei quali si introduce un tubicino da cui defluisce il liquido in un recipiente posto a terra, un tronco di 50 cm di diametro fornisce in 4 giorni una media di 3-4 litri di linfa, la raccolta è più proficua quando le betulle sono di media grandezza.</p>	<p>ipercoleterolemia, arteriosclerosi, artrismo, obesità, gotta, cellulite, caduta capelli (via topica). Proprietà delle gemme: come sopra da usare le gemme in tutti i casi in cui sia necessario stimolare la diuresi in soggetti particolarmente debilitati o con gravi problemi renali. Come drenante nell'emuntore (vedi IV Lezione) Indicazioni Terapeutiche delle gemme: Litiasi urinaria, iperuricemia, gotta. Epatopatie, pancreatiti ed albuminuria ortostatiche (Betula verrucosa). La corteccia e il legno di Betulla per distillazione secca danno una sorta di catrame che può essere utile nelle affezioni cutanee L'olio essenziale, ottenuto dal catrame di Betulla in pomata si utilizza per i reumatismi o in prodotti per il massaggio sportivo. Il Carbone del legno di betulla, finemente polverizzato ha una azione assorbente ed è utile nelle affezioni gastrointestinali accompagnate da meteorismo</p>
--	---	---

Si ritorna indietro fino zona E: Boschi ... da sotto il grande abete alla vostra sinistra

<p>23 Crataegus monogyna</p> <p>Biancospino Famiglia: Rosaceae</p> <p>Si trova in Europa, Nord Africa, Asia occidentale e America settentrionale e cresce in aree di boscaglia.</p> <p>I romani avevano dedicato questa specie alla dea Flora che regnava sul mese di Maggio, il mese delle purificazioni e della castità, simboleggiata dal bianco dei fiori. In questo periodo erano invisi i matrimoni ed è per questo che gli antichi Romani e Greci ardevano cinque torce di legno di biancospino e le offrivano i bianchi fiori per propiziare le unioni. Utilizzata anche per scacciare il malocchio e la sfortuna, usavano adornare le culle dei neonati con piccoli rami fioriti. I Greci si servivano dei rami fioriti per adornare gli altari durante le cerimonie nuziali. Veniva anche considerata pianta sacra alle fate, là dove cresceva, la leggenda dice che si poteva vederle.</p>	<p>Il biancospino è un arbusto o un piccolo albero molto ramificato con rami spinosi La pianta può raggiungere altezze fra 2 e 12 metri. I fiori sono bianco-rosati a ombrella terminale, con un diametro di ca. 1 cm e a gruppi di 5-25. I frutti sono ovali, rossi e con nocciolo. Le foglie sono lunghe 2-4 cm picciolate, romboidali e incise con punte dei lobi seghettate. La fioritura avviene tipicamente tra maggio e giugno, mentre i frutti maturano fra agosto e ottobre. I principi attivi contenuti nella pianta sono: flavonoidi tra cui l'iperoside e l'avitexina; composti triterpenici tra cui l'acido ursolico e le amine steroli;tannino e derivati purinici.</p>	<p>Parti usate: fiori, foglie, frutti e gemme.</p> <p>Ha un'azione coronariadilatatrice, vasodilatatrice dei vasi sanguigni addominali e coronarici, azione inotropica positiva, risparmio del consumo di ossigeno da parte del muscolo cardiaco, modulazione della concentrazione intracellulare di Calcio, sedativa sul SNC, diminuzione della frequenza cardiaca.</p> <p>Attività farmacologica: cardiotonica, sedativa, ipotensiva, antispasmodica, antisclerotica.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: palpitazioni, tachicardia, aritmie, ansia, nervosismo, insonnia, disfunzioni del cuore.</p>
--	---	---

	<p>I fiori vengono usati per propiziare la fertilità ed è per questo che vengono aggiunti ai bouquet delle spose, mentre le foglie tenute sotto il letto favoriscono il mantenimento della castità o il celibato di una persona. Combatte la tristezza e la depressione, donando nuova felicità a chi lo indossa. Se posto in una casa, la protegge dai fulmini, dalle tempeste e dagli spiriti maligni che non possono entrarvi. Nella tradizione scozzese viene associato al cuore, e non solo per le sue doti curative, così viene spesso usato in rituali d'amore</p>		
<p>24</p>	<p>Symphytum officinale</p> <p>Nome Volgare: Consolida maggiore Famiglia: Boraginaceae</p> <p>Habitat: Pascoli alpini; ambiente acido. 1800-2900 m. Giugno luglio</p> <p>Alla vostra sinistra sotto l'abete rosso</p>	<p>Queste piante si presentano sotto molti aspetti morfologici diversi. Uno di questi è il colore dei fiori che è molto variabile (vedi il paragrafo "Fiori"), ma può presentarsi anche con altre anomalie morfologiche come i sepali che possono essere sei (così anche la corolla può presentarsi con sei petali e l'androceo con sei stami). A volte si sono trovati dei fiori con dei petali ulteriormente suddivisi per cui il numero totale delle divisioni corolline diventano dieci. Nell'elenco che segue sono indicate alcune varietà e sottospecie (l'elenco può non essere completo e alcuni nominativi sono considerati da altri autori dei sinonimi della specie principale o anche di altre specie): Normalmente le piante di questa specie non sono molto alte (30 – 60 cm), ma a volte possono arrivare fino a 120 cm. Tutta la loro superficie è ricoperta da peli rigidi (patenti o deflessi) bianchi, sembra quasi un tomento e l'aspetto di queste piante nel loro insieme talvolta può apparire grossolano. La forma biologica è emicriptofita scaposa (H scap), ossia sono piante erbacee perenni, con gemme svernanti al livello del suolo e protette dalla lettiera o dalla neve e dotate di un asse florale eretto, ramoso e foglioso. Sostanze presenti: mucillagine, resina, tannino, acido clorogenico, gomma, colina, amido e asparagina. È presente anche la consolidina (si tratta di un glucoalcaloide).</p>	<p>Parti usate: foglie e radice.</p> <p>Attività farmacologica: cicatrizante (vulneraria), emostatica, emoliente, decongestionante, rimineralizzante</p> <p>Indicazioni terapeutiche: ulcera gastrica, piaghe, ustioni, (Quando la pianta è secca si grattugiano le sue parti più consistenti sulle ferite, piaghe o bruciate: sembra che il sollievo sia assicurato (il processo di guarigione è dato da una sostanza chiamata allantoina, sostanza usata in sintesi anche dall'industria farmaceutica per gli stessi scopi). Le mucillagini vengono usate come un espettorante (funzione che favorisce l'espulsione delle secrezioni bronchiali) e sembrano valide anche per la tosse. Le foglie sono inoltre astringenti (limita la secrezione dei liquidi)^[2]. Rafforza, grazie ai suoi minerali, la formazione del callo osseo, nelle fratture. L'uso prolungato può causare problematiche epatiche. La consolida è stata vietata nel suo uso da alcuni anni (?)</p>
<p>25</p>	<p>Pulmonaria officinalis</p> <p>Nome volgare: polmonaria Famiglia delle Boraginaceae</p> <p>Il nome deriva dal latino "pulmo" = polmone.</p> <p>Alla vostra sinistra sotto l'abete rosso</p>	<p>Pianta perenne con un rizoma carnoso, ramificato e strisciante, da cui si sviluppano una rosetta di foglie basali e i fusti, eretti e semplici, alti fino a 30-40 cm; tutta la pianta è più o meno pelosa. Le foglie basali, riunite in rosetta, sono ovali-ellittiche con la base più grande e spesso a forma di cuore. I fiori sono portati da uno o due racemi terminali; il calice è tubolare e termina con cinque denti triangolari; la corolla è tubolare nella parte inferiore, si allarga a scodella e termina in cinque lobi ovali; la corolla è rossastra prima della fioritura, diviene poi dopo l'impollinazione azzurro-violacea ed è biancastra alla sfioritura. Il frutto è composto da quattro acheni ovali terminati da una punta conica e racchiusi nel fondo del calice che diviene più lungo durante la maturazione..</p>	<p>Parti usate: foglie e fiori</p> <p>Polmonaria da polmone, per le foglie grandi, opposte e con chiazze biancastre che ricorderebbero i polmoni. Per la dottrina dei segni veniva usata per curare le malattie dei polmoni. (Paracelso (1451-1493) alchimista, astrologo e medico svizzero laureatosi all'Università di Ferrara.</p> <p>Proprietà farmacologiche: sudorifera, espettorante, emoliente, astringente.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: affezioni bronchiali</p> <p>Uso in cucina: Le foglie tenere sono impiegate nelle minestre; il succo fresco ha proprietà dietetiche per il suo contenuto di vitamina A e C</p>

26	<p>Symphytum tuberosum</p> <p>Nome volgare: Consolida femmina Famiglia: Borraginacee</p> <p>Alla vostra sinistra sotto l'abete rosso</p>	<p>Caratteristiche: Pianta perenne con radice a fittone, fusto angoloso alato solo in parte. Foglie obovate, alla base ristrette e prolungate sul fusto in una ala, lunga circa la metà dell'internodo. Fiori in cime dense di lunghezza 12-16 millimetri, calice con tubo di 2 mm e denti lineari di 7-8 mm, corolla gialla con denti ottusi e stami non sporgenti, stilo sporgente di 1-2 mm, fiorisce in marzo-aprile. Habitat: Su terreno bagnato pesante; boschi di latifoglie 0-1300 m. Marzo aprile</p>	<p>Parti usate: foglie e radice.</p> <p>Proprietà farmaceutiche: Nella medicina popolare si utilizza tutta la pianta ma in special modo la radice che ha proprietà terapeutiche, emollienti, cicatrizzanti ed espettoranti. Viene prescritta con grande successo per eliminare catarri delle vie aeree, calmare i dolori, le ulcere e le lesioni epatiche. Rimedio sovrano nei casi di frattura alle ossa perché accelera e stimola il processo di saldatura.</p>
27	<p>Astragalum glycyphyllos</p> <p>Nome volgare: Falsa liquirizia Famiglia: Fabaceae</p> <p>Il genere Astragalus è molto corposo : comprende oltre 1000 specie di cui almeno 40 vivono in Italia. Alla vostra sinistra subito dopo l'abete rosso</p>	<p>L'Astragalo falsa liquerizia (nome scientifico Astragalus glycyphyllos è un piccolo arbusto, erbaceo, glabro a portamento strisciante, appartenente alla famiglia delle Fabaceae (come i legumi).</p>	<p>A.glycyphyllos ha un buon impiego come pianta da foraggio, infatti le foglie sono molto appetite dal bestiame. Il valore nutritivo della pianta seccata è molto alto : sostanze azotate, grassi greggi, cellulosa, acqua e altro.</p> <p>Può essere usata la radice come infuso aromatico</p>
28	<p>Troillius europeus</p> <p>Nome volgare: Botton d'oro Famiglia: Ranunculacee</p> <p>Di fronte Astragalum glycyphyllos, quindi alla vostra destra.</p>	<p>Pianta perenne, di aspetto erbaceo, fusti eretti, robusti, striati, scanalati, glabri, semplici o leggermente ramificati in alto, alta sino a 60 cm. Le foglie basali sono lungamente picciolate (10-15 cm), hanno lamina fogliare palmato partita larga(6-8) , divisa in segmenti (3-7) profondamente lobati e dentati, le cauline sono più piccole e sessili. I fiori ermafroditi, lungamente pedunculati, hanno forma caratteristica globosa (3-5 cm), sono gialli-oro o giallo-verdastri, generalmente solitari alla sommità dello stelo fiorale, hanno numerosi sepali (10-12) obovati, convergenti a formare una sfera. I veri petali sono piccoli e ridotti a esili linguette. Habitat: Zona alpina, predilige prati umidi, spesso acquitrinosi, cespuglietti e megaforbieti. Piante leggermente nitrofila. 500-2100 m. Giugtno agosto</p>	<p>Proprietà farmaceutiche: Parte velenosa: tutta la pianta.</p>
29	<p>Origanum vulgare</p> <p>Nome volgare: Origano Famiglia delle Lamiaceae</p> <p>comprendente circa 45-50 specie originarie soprattutto del bacino del Mar Mediterraneo. L'origano, allo stato spontaneo, è pianta di montagna da cui il nome scientifico. Dalreco oros, montagna, e da ganos, splendore.</p> <p>Alla vostra destra.</p>	<p>L'origano (<i>Origanu</i>) è una pianta aromatica erbacea o sub-arbustive, Le due specie più conosciute ed utilizzate sono l'origano (<i>Origanum vulgare</i>) e la maggiorana (<i>Origanum majorana</i>). L'origano è una delle erbe aromatiche più utilizzate nella cucina mediterranea in virtù del suo intenso e stimolante profumo. Si usa in innumerevoli preparazioni su carni e su pesce, nelle insalate e nella pizza. Le cucine calabrese, siciliana, napoletana, abruzzese e molisana ne fanno grande uso.</p>	<p>Note: nei vecchi testi di medicina, si parlava di una specie di origano a fiori bianchi, mentre l'<i>Origanum vulgare</i> ha i fiori rosa-porporina; inoltre, è spesso confuso con la maggiorana, che si è sporadicamente naturalizzata in Italia e viene coltivata in Liguria.</p> <p>Proprietà farmacologica: Carminativo, stimolante sul sistema nervoso; proprietà altagica.</p> <p>Indicazioni Terapeutiche: Aerofagia, Amenorrea, Anoressia, Asma, Bronchite, cronica Caduta dei capelli, Cellulite, Digestione difficile, Dolori muscolari, Eczemi, Ferite, Flatulenza, Inappetenza, Influenza, Intossicazioni alimentari, Mal di denti, Malattie infettive, Micosi, Piaghe, Pidocchi, Prurito, Psoriasi, Ragadi al seno, Raffreddore, Reumatismi,</p>

Salmonellosi, Stomatite, Tosse, Tubercolosi, Vaginite.

Si può guarire rapidamente un torcicollo riscaldando dei fiori appena colti.

30	<p>Viburnum lantana</p> <p>Nome volgare: Lantana, Metallo, Lentaggine, Viburno</p> <p>Famiglia: Caprifoliaceae</p> <p>Alla vostra destra.</p>	<p>Arbusto o alberello caducifoglio, da 1 a 5 m di altezza, assai ramificato. I rami giovani sono grigi e tormentosi, quelli più vecchi sono color ocra. I rami terrestri, sono radicanti.</p> <p>Le foglie sono opposte, ovali, brevemente picciolate, appuntite dentate, la pagina superiore rugosa e verde scuro, più chiara e con fitta pubescenza lanosa la pagina inferiore. I fiori bianco-crema, sono ermafroditi, riuniti in corimbi terminali 5-10 cm di diametro, portati da piccoli peduncoli grigio-verdi all'ascella di brattee sottili. Il calice è verde a 5 denti, la corolla campanulata, a forma d'imbuto, bianca divisa in 5 punte ovali, i 5 stami hanno filetti bianchi e antere gialle, i germogli sono rosa.</p> <p>I frutti sono drupe ovali che racchiudono un nocciolo marrone e piatto, a secondo del grado di maturazione variano dal verde, al rosso, al nero. Sono tossici.</p>	<p>Parti usate: gemme</p> <p>Attività Farmacologica: Broncodilatatore, antiasmatica ed antiallergica.</p> <p>Indicazioni terapeutiche:</p> <p>Asma bronchiale Asma allergica. Bronchite cronica.</p> <p>Proprietà ed usi: il Viburnum lantana è un importante rimedio gemmoterapico dell'asma allergica è in grado di esercitare un'azione calmante sul sistema neurovegetativo polmonare e di inibire gli spasmi bronchiali e per ciò è in grado poi di ristabilire la normale funzione respiratoria. L'infusione di infiorescenze è antinfiammatoria, l'infusione di foglie e ramoscelli giovani, serve a preparare compresse da applicare su duroni, ulcere e foruncoli delle gambe. Utile anche per rinforzare le gengive e contro le piccole emorragie. I getti giovanili, molto flessibili, venivano un tempo utilizzati al posto del salice, sia come legacci che per intrecciare cesti.</p>
31	<p>Quercus pubescens</p> <p>Nome volgare: Rovella Famiglia: Fagaceae</p> <p>Questa pianta si trova principalmente nelle località più assolate, nei versanti esposti a Sud ad un'altitudine compresa tra il livello del mare e i 1000 m s.l.m. Distribuita nel bacino mediterraneo e in tutta Italia, con esclusione delle zone più interne e più elevate. Raggiunge i 10 – 20 mt. a seconda dell'altitudine in cui vive. Alcuni esemplari possono raggiungere i 1000 anni. Alla vostra destra.</p>	<p>Chioma globosa, emisferica in esemplari adulti. Tronco sinuoso eretto; ramuli pelosi; corteccia grigio-scura, fessurata in piccole placche ruvide. Fogliame deciduo; le foglie secche persistono sull'albero durante l'inverno.</p> <p>Foglie: Semplici, obovato-lobate di 5-10 cm, pubescenti soprattutto da giovani; parte basale della lamina spiovente e stretta a cuneo; picciolo breve e peloso; inserzione alterna</p> <p>Fiori: Infiorescenze unisessuali; quelle maschili in amenti penduli lunghi 5 cm circa, colore verde-giallastro; quelle femminili solitarie, a piccoli gruppi terminali o posti lungo il ramo dell'ascella delle foglie in modo sessile o su un piccolissimo peduncolo; fioritura da aprile a maggio</p> <p>Frutti: Ghiande ovali allungate di 2 cm, con cupola che le ricopre fino a metà</p>	<p>Parti usate: gemme.</p> <p>In erboristeria viene usata la Quercus Pedunculata Estratto da gemme</p> <p>Attività farmacologica: stimolante delle ghiandole surrenali, regolarizzante dell'apparato intestinale.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: Astenia sessuale, super menage fisico, ipotensione, stipsi.</p>
32	<p>Gentiana symphyandra</p> <p>Nome volgare: Genziana Famiglia: Gentianaceae</p>	<p>La disposizione delle foglie è opposta. Sono anche presenti foglie che formano una rosetta basale con stami ad antere saldate in un tubo circondante l'ovario, e stimmi non ritorti.</p>	<p>Parti usate: radice.</p> <p>I principi amari della genziana sono utili per stimolare e bilanciare la secrezione dei succhi gastrici e biliari, la cui carenza è causa di</p>

	<p>Alla vostra destra, dietro al vilburno lantana</p>	<p>Componenti Principali Sostanze amare, alcaloidi, zuccheri enzimi, tre glucosidi: genziopicrina, genziomarina, genziina; un'essenza gentisina, tracce di acido genziotannico.</p>	<p>malessere, sonnolenza, mal di capo, fermentazioni intestinali; per aiutare l'assimilazione del cibo, la ripresa dei convalescenti e dei soggetti deboli e anemici.</p> <p>Attività farmacologica: aperitiva, stomachina, coleretica, colagoga, tonica, leucocitogena, vermifuga e febbrifuga.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: inappetenza, anoressia, turbe digestive, ipoacidità gastrica, convalescenze, parassitosi intestinale, febbri... N.B Controindicazioni nella diatesi emorragica e nella pletora.</p>
33	<p>Inula hirta</p> <p>Nome volgare: Enula scabra Famiglia: Asteraceae</p> <p>Il genere di appartenenza (Inula) è mediamente numeroso comprendente circa un centinaio di specie, diffuse quasi unicamente nell'emisfero boreale (Europa, Asia e Africa del nord), delle quali una dozzina circa sono proprie della flora italiana.</p> <p>Alla vostra destra, di lato alla gentiana</p>	<p>Si tratta di una pianta erbacea perenne la cui altezza può variare da 2 a 4 dm. La forma biologica della specie è emicriptofita scaposa (H scap); ossia è una pianta perennante con gemme poste al livello del suolo con fusto allungato e mediamente foglioso. Non sono piante ghiandolose ma sono tutte ricoperte da peli patenti, rigidi quasi setolosi e di colore chiaro. Il fusto è ascendente, semplice (non ramificato, ossia unifloro) a sezione cilindrica; la superficie è striata e villosa (peli patenti e lunghi). Può essere arrossato. La parte ipogea consiste in un rizoma obliquo non troppo grosso di colore chiaro. Dimensioni medie del rizoma : larghezza 2 mm; lunghezza 25 mm. Tutte le foglie (sono solo cauline) sono irregolarmente dentate e a portamento eretto; sono tomentose su entrambe le facce e pelose sul bordo. Lungo il fusto sono disposte in modo alterno. In genere sono laminari e non carnose ma coriacee e ruvide con nervi reticolati. La base è arrotondata e l'apice è ottuso. Dimensione media delle foglie : larghezza 1,5 – 2 cm; lunghezza 4 – 5 cm. Parte impiegata: radici tardo autunno o in primavera prima del risveglio vegetativo</p>	<p>Parti usate: radice.</p> <p>In erboristeria viene usata la specie inula helenium</p> <p>Attività farmacologica: sedativa del SNC, espettorante, tonico-amara, diuretica, emmenogoga, antidiabetica.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: calcolosi biliare, insuff. Renale, tosse, pertosse, irregolarità del ciclo mestruale.</p>
34	<p>Satureja Montana</p> <p>Nome volgare: Santoreggia montana Famiglia: Lamiaceae (Labiatae)</p> <p>La Santoreggia era conosciuta dagli antichi romani col nome di Satureia che stava a significare "Erba dei satiri" per la sua pelosità che richiamava quella dei satiri, ma anche per le sue ritenute notevoli proprietà afrodisiache.</p> <p>Alla vostra destra.</p>	<p>La santoreggia presenta fusti eretti o ascendenti, ramificati, alti fino a 50 cm. Le foglie opposte, sono lineari, scure, cigliate al margine, molto aromatiche. Le infiorescenze sono dei verticillastri di fiori bianchi o rosei.</p> <p>Ottima in cucina.</p>	<p>Parti usate: foglie.</p> <p>Attività farmacologica: Carminativo, cicatrizzante, vermifugo, espettorante, astringente.</p> <p>Indicazioni terapeutiche: gonfiore intestinali, digestione lenta, infezioni vie respiratorie ed urinarie, astringente intestinale, afrodisiaca.</p> <p>Le foglie, fortemente aromatiche, vengono usate per dare sapore a piatti di carne e pesce.</p>
35	<p>Veratrum nigra</p> <p>Nome volgare: Veratro Nero</p>	<p>Pianta erbacea perenne, con rizoma corto e carnoso. Ha fusto semplice, eretto, cilindrico, cavo internamente, alto fino a un metro e mezzo. LE foglie sono alterne, grandi, ovali o ellittiche (più</p>	<p>Parti velenose. Tutta la pianta, in particolare il rizoma. La pianta è conosciuta fin dall'antichità, ma già nel Medioevo l'uso era limitato assai a causa della sua pericolosità. Il succo del</p>

	<p>Famiglia: Liliaceae</p> <p>Alla vostra sinistra Il Veratrum deve il suo nome alla radice latina "verum" poiché si riteneva che questa pianta producesse l'effetto di rendere chiara la mente e di acuire l'intelletto.</p> <p>Distribuzione – habitat – fioritura: presente nelle zone temperate dell'Europa, in Italia è pianta comune in tutto l'arco alpino, nell'Appennino settentrionale e centrale, assente nelle regioni meridionali e nelle isole.</p> <p>Pianta delle praterie, dei pascoli, dei boschi cedui, vegeta in prossimità delle fonti e nei luoghi umidi sino a 2.100 m. Fiorisce da giugno ad agosto.</p>	<p>strette le superiori), intere, a nervature parallele (lungo cui sono pieghettate), di sotto tomentose.</p> <p>I fiori, numerosi, generalmente giallo-verdastri e dall'odore poco gradevole, sono raccolti in un'ampia pannocchia terminale. Il frutto è una capsula.</p>	<p>rizoma, anticamente, era adoperato per avvelenare le frecce.</p> <p>Attenzione Ancora oggi si verificano gravi inconvenienti dovuti alla raccolta per errore del rizoma del veratro al posto della radice ingrossata della genziana maggiore (Gentiana Lutea ovvero Gentiana symphyandra), che è ricercata per i suoi principi amari. Dal momento che la raccolta avviene nel periodo di riposo vegetativo (da ottobre a marzo-aprile), quando i fusti sono secchi, e poiché genziana e veratro possono crescere nello stesso ambiente, è necessario essere assai prudenti. Tuttavia risulta facile distinguere l'una dall'altro osservando la disposizione delle foglie secche sul fusto: quelle del veratro sono alterne (ovvero sono disposte ciascuna a livelli differenti rispetto alle altre), mentre quelle della genziana sono opposte (cioè sono inserite sul fusto a due a due, allo stesso livello, l'una di fronte all'altra).</p>
36	<p>Taxus bacata</p> <p>Nome volgare: Tasso Famiglia: conifere Alla vostra sinistra Curiosità: Albero affascinante, anche di grandi dimensioni, estremamente longevo (alcuni esemplari superano i 1000 anni e si avvicinano forse ai 2000), dal tronco tipicamente squamoso e contorto. Spesso da tronchi apparentemente morti spuntano nuovi alberelli. Forse per questo, o per il colore scuro, quasi nero, gli antichi dedicavano quest'albero ad Ecate, dea degli inferi. Il tasso ha anche legami con la stregoneria e con i culti druidici (di tasso era il bastone dei druidi). Di legno di tasso erano gli archi degli invincibili arcieri inglesi. Proprietà venefiche straordinarie gli venivano attribuite, e anche la sua ombra si diceva potesse risultare letale. La pianta è in realtà tossica, soprattutto i semi. Secondo Shakespeare il padre di Amleto sarebbe stato assassinato dal fratello che gli avrebbe versato nell'orecchio del succo di tasso.</p>	<p>Il tasso è un albero sempreverde di seconda grandezza, con una crescita molto lenta, per questo motivo in natura spesso si presenta sotto forma di piccolo albero o arbusto, tuttavia in condizioni ottimali può raggiungere i 15 – 20 metri di altezza; la chioma ha forma globosa irregolare, con rami molto bassi. La corteccia è di colore bruno rossastro, inizialmente è liscia ma con l'età si solleva arricciandosi e dividendosi in placche. I giovani rami sono verdi. È una specie per lo più dioica ma esistono segnalazioni di individui monoici. I fiori maschili sono raggruppati in amenti, quelli femminili si trasformano in arilli. L'impollinazione è anemofila. La pianta, essendo una Pinophyta, non produce frutti (solamente le Angiosperme ne producono). Quelli che sembrano i frutti in realtà sono degli arilli, ovvero delle escrescenze carnose che ricoprono il seme. Inizialmente verdi, rossi a maturità, contengono un solo seme, duro e molto velenoso. La polpa invece è innocua e commestibile, viene mangiata dagli uccelli che ne favoriscono la diffusione. Gli animali mangiano i frutti, che non vengono macinati e digeriti perché mortali. Quando l'animale li espelle essi sono ancora intatti e si insediano nel terreno dando origine ad una nuova pianta, il tasso è quindi una pianta zoofila, che si serve degli animali per riprodursi. Senza gli animali gli arilli cadrebbero al suolo e non crescerebbero per la mancanza di luce e la concorrenza con la pianta madre per i sali minerali del terreno.</p>	<p>Tossica in tutte le sue parti ad eccezione della polpa degli arilli.</p> <p>Il nome comune deriva dal greco taxon che significa "freccia", e l'appellativo di albero della morte nasce proprio dal suo impiego nella fabbricazione di dardi velenosi</p> <p>Albero sacro legato alla morte ed all'aldilà</p>
37	<p>Digitale grandifolia</p> <p>Nome volgare: Digitale grande gialla Famiglia Scrofulariacee Alla vostra destra. Digitale da digitalis, aggettivo latino che significa <i>del dito, ditale</i>, per la forma della corolla.</p> <p>Habitat: Boschi radi, margini dei boschi, prati</p>	<p>Descrizione: pianta erbacea biennale con radice a fittone. Nel 1° anno produce una rosetta di foglie basali tra le quali, nel 2° anno, spunta il fusto fiorale, alto fino a 1 mt.</p> <p>Foglie: le basali, lunghe fino a 20 cm., hanno picciolo non molto lungo. Forma ovoidale o lanceolata, con margine ondulato e dentellato. La superficie superiore è bollosa.</p> <p>Fiori: riuniti in un racemo unilaterale molto lungo, hanno picciolo corto e sono rivolti verso il basso. Calice formato da cinque sepali, mentre la corolla, tubulare, è di colore giallo, con punteggiature brunastre.</p>	<p>Tutte le parti della pianta sono tossiche per cui, se ne sconsiglia vivamente l'uso empirico. La sintomatologia da ingestione di parti della pianta è identica a quella dell'intossicazione da farmaci digitalici. Di solito sintomi come nausea, vomito, crampi e dolori addominali precedono i sintomi cardiologici, più tardivi, consistenti in rallentamento della frequenza, irregolarità del ritmo cardiaco e collasso; inoltre, confusione, allucinazioni e vertigini. Sono stati segnalati casi di avvelenamento in animali in seguito a ingestione di fieno</p>

	asciutti, pascoli di montagna.	Habitat: spontanea in tutta Italia, viene sovente coltivata. Parte velenosa: tutta la pianta, ma in modo particolare le foglie durante la fioritura.	contenente piante di digitale. Con lo stesso nome si indica anche un farmaco utilizzato in medicina come cardiotonico e preparato dalla digitalina, un glucoside estratto dalla digitale comune. Il farmaco aumenta la potenza della contrazione cardiaca e contemporaneamente rallenta il battito; in questo modo il cuore, pur lavorando più intensamente, gode di maggiori periodi di riposo.
38	Helleborus odorus Elleboro profumato Famiglia Ranunculaceae	Differisce dall'helleborus niger (rosa di natale) principalmente per il colore verde giallastro dei fiori, che sono odorosi, e per le foglie, che hanno segmenti più stretti, lanceolati, a loro volta anche suddivisi, dentati a partire quasi dalla base.	Impiego terapeutico. Poiché oltre ai medesimi glucosidi dell'helleborus niger (elleborina e elleboreina) contiene anche diversi alcaloidi e tracce di aconitina, la sua azione è ancor più violenta.
39	Helleborus niger Nome volgare: Elleboro Nero o Stella di Natale. Famiglia: Ranunculaceae Elleboro, deriva dal greco helleborus ed è composto da due parole greche che significano letteralmente "far morire" e "nutrimento". In sostanza, la definizione della pianta equivale a "cibo mortale".	Il più conosciuto è l'Elleboro nero il quale è una pianta erbacea perenne rizomatosa, alta circa 30 cm; presente allo stato spontaneo nei boschi ombrosi calcarei, è diffusa come pianta da giardino a fioritura invernale e più conosciuta come "rosa di Natale". È costituita da foglie picciolate basali che permangono fino a dicembre. In questo periodo e fino a marzo circa, compaiono i fiori, grandi (diametro di 6-8 cm), di colore variabile dal bianco al rosa o al rosso vinoso. A fine marzo, alla scomparsa dei fiori e delle foglie vecchie, appaiono le nuove foglie che danno origine nel periodo estivo - autunnale a piccoli cespugli. Per il contenuto in glicosidi cardioattivi (elleborina ed elleborigenina) la cui azione danneggia il muscolo cardiaco, questa pianta è ritenuta molto tossica sia per gli uomini che per gli animali. Il quadro clinico è costituito da sensazione di bruciore alla bocca, vomito, diarrea e coliche addominali. A carico del cuore si possono avere aritmie cardiache, anche di severa entità. Casi di avvelenamento sono stati anche segnalati in seguito a consumo di latte di animali che avevano brucato le piante. Secondo un mito greco, Melampo, utilizzando l'elleboro, guarì dalla folla le figlie di Preto, re di Tirino. "Era bisogno dell'elleboro" era un modo proverbiale per indicare un matto. Il genere, che da il nome a una delle tribù delle <i>Ranunculaceae</i> , quella delle Helleboreae, comprende circa 30 specie erbacee perenni (di cui una decina sono spontanee sul nostro territorio), alcune con radici rizomatose, con fioritura invernale o ai primi tepori primaverili, con fiori di vari colori.	Nella montagna bolognese i contadini usano l'elleboro verde (il nero manca) come drastico per gli uomini e non sono rari gli avvelenamenti mortali. Ancora più spesso lo infilano in un foro praticato nella giogaia dei bovini o nel padiglione dell'orecchio dei maiali malati, dove da un ascesso (ascesso di fissazione), che quando guarisce lascia nell'orecchio un foro largo 2-3 cm. In certi anni, nei quali sono scoppiate epidemie fra i maiali, capita spesso di vederne con un orecchio così forato: sono stati curati con l'elleboro (in dialetto erba dal mel ziton: l'elleboro verde è detto maschio ed è molto preferito al foetidus, detto femmina)
40	Fagus sylvatica Nome volgare: Faggio Famiglia: Fagaceae Il faggio viene indicato da alcuni studiosi come il simbolo dell'Albero Cosmico che unisce il Cielo, la Terra e gli Inferi, sostenendo e nutrendo l'intero Cosmo. Secondo una credenza popolare francese i faggi	Pianta decidua, che può raggiungere i 40 metri di altezza, fusto di colore grigio cenere, liscio, con chioma folta e globosa, può costituire boschi monospecifici (faggete), o foreste in associazione ad altre latifoglie o ad abeti e pecci. Ha un lento accrescimento, ma è molto longevo, potendo superare i 200 anni di età. Dalla distillazione a secco del catrame di faggio si ottiene il creosoto, una potente sostanza antisettica che venne usata, per parte dell'ottocento, come balsamico e antisettico nelle affezioni	Parti usate: foglie, frutti, e gemme. Usi: Le foglie di faggio bollite, sono al pari, delle foglie di cavolo, ma non danno odore in cucina, e si possono fare ottimi risotti. Le gemme bollite in aceto, si possono conservare, sott'olio. Le "fagiole" sono usate come mangime per i suini e bovini. I frutti del faggio, le fagiole, possono essere mangiati crudi o leggermente tostiti. Possono essere anche usati come un surrogato del caffè. La prudenza, tuttavia, sconsiglia un intenso

	sono abitati dalle anime di coloro i quali devono espiare una pena commessa in vita. Nell'alfabeto Ogham il faggio rappresenta l'antica conoscenza.	dell'apparato respiratorio e nella tubercolosi polmonare, prima dell'avvento dei farmaci antitubercolari di sintesi. Si tratta di una sostanza irritante, usata anche come conservante del legno, per esempio nelle traversine ferroviarie, di cui la Comunità Europea ha vietato l'utilizzo, nel 2001, poiché presenta un significativo rischio di insorgenza di tumori.	uso alimentare del frutto, specie crudo, vista la presenza di saponine e tiaminasi e di un alcaloide, la fagina, la cui assunzione presenta un certo grado di tossicità,, soprattutto per i bambini. Fitoterapia: si usano le gemme Attività farmacologica: stimola l'attività delle cellule di Kupfer, aumenta la produzione di gammaglobuline (hanno normalmente funzione di difesa contro gli antigeni estranei all'organismo; sono molecole note con il nome di anticorpi.) ipo-gammaglobulineacquisite, fibrosclerosi secondaria.
41	Aruncus dioicus Nome volgare: Barba di capra; asparago barba di capra Famiglia: Rosacee Gà in epoca romana la pianta era nota con i nomi di Barba caprae ed Aruncus (Plinio); il termine Aruncus deriva a sua volta dal greco dorico ἀρύνγος (àringos) = greco antico ἔρυνγος (éryngos) = barba di capra. In Italia la specie è diffusa, allo stato spontaneo, nelle aree collinari e montane di Toscana, Emilia Romagna, Liguria, Piemonte, Val d'Aosta, Lombardia, Veneto, Trentino A. A. e Friuli V. G. Habitat Boschi umidi e freschi di latifoglie, forre umide, con preferenza per i terreni calcarei e le stazioni meno soleggiate, prevalentemente tra 500 e 1500 mslm, ma con sporadiche presenze anche a quote più basse, fino alla pianura.	Caratteristiche: Robusta pianta erbacea, perenne, con fusti eretti e poco ramificati, il rizoma è legnoso con squame brune, alta sino a 2 m. Fusto eretto semplice. Fiori costituiti da eleganti pannocchie di piccoli fiori bianchi e grandi foglie composte a contorno triangolare. Le grandi foglie composte a contorno triangolare, possono essere lunghe sino a 1 m, sono lungamente picciolate, il lembo fogliare è 2-3 volte tripennato con segmenti lanceolati, i maggiori di 5-8 cm, seghettati sul bordo, con apice lungamente acuminato. I piccoli fiori dioici, di colore bianco-crema, sono riuniti in dense pannocchie complesse, costituite da lunghi grappoli penduli. I frutti sono lunghi follicoli bruni. Sinonimo: Spiraea aruncus.	Proprietà farmaceutiche: Ha proprietà espettoranti, febbrifughe, toniche ed astringenti. Uso in cucina: I giovani germogli primaverili rossastri che crescono al colletto della radice,(ad aprile) attaccati alla base delle stoppie dell'anno precedente, sono eduli. Possono essere consumati come gli asparagi, sono gradevolmente amari, ottimi nelle frittate e veramente speciali conservati sott'olio. Chiamata Erba sacchetta
42	Allium victorialis Nome volgare: Aglio serpentino Famiglia: Liliaceae Alla vostra destra. Distribuzione in Italia: Si trova in tutte le regioni, la Sardegna esclusa. Habitat: Si diffonde soprattutto nei boschi di latifoglie, luoghi ombrosi ed umidi, e particolarmente nelle vallecicole umide in colonie numerose su terreni fertili e ricchi di humus, dal piano fino alla fascia submontana 1500 mt.	Pianta erbacea perenne subacaule con grandi foglie basali (due o tre grandi più altre minori) la cui massima altezza può essere di 50 - 70 cm. Odora di aglio (proprietà tipica del genere). Tipica è anche l'infiorescenza di fiori bianco-gialli quasi sferica.	Parti usate: tubero. Attività farmacologica: antisettica, batteriostatica, fungicida, vermifuga, rubefacente, diuretica, espettorante, ipoglicemizzante, antiaggregante piastrinica, ipertensiva... Attività farmacologica: bronchiti croniche, enfisema polmonare, malattie infettive, ipertensione, parassiti intestinali, previene ictus ed infarto (antiaggregante piastrinica).
43	Molopospermum peloponnesiacum	Pur essendo il suo nome volgare Cicuta fetida non ha nulla a che fare con le Vere cicute (Maggiore, minore ed acquatica che sono velenose).	Nessun uso in erboristeria.

	<p>Cicuta fetida Famiglia: Umbrellifere Alla vostra destra. Habitat Forre, boschi, prati pingui. 700-1650 m. Giugno luglio Etimologia: Il nome del genere Molopospermum dal greco = seme martirizzato che evoca l'aspetto dei semi segnati da un solco. Distribuzione in Italia: Presente rara nell'arco alpino, comune nelle Prealpi lombarde.</p>	<p>Pianta erbacea perenne, alta fino a 2 metri, eretta, glabra, molto aromatica. Fusto fino a 15 mm di diametro, robusto, con resti fibrosi alla base. Foglie basali grandi, lunghe fino a un metro, 3-4 pennatosette. Ombrella composta con 20-40 raggi diseguali e appiattiti; ombrelle laterali minori di quella terminale. Petali bianchi o giallastri. Brattee numerose, fogliacee; bratteole ovali lanceolate. Frutto oblungo relativamente compresso lateralmente, gloabro, formato da due acheni.</p>	
44	<p>Veratum album Nome volgare: Veratro Bianco Famiglia: Liliaceae Alla vostra sinistra</p>	<p>Pianta erbacea perenne, con rizoma corto e carnoso. Ha fusto semplice, eretto, cilindrico, cavo internamente, alto fino a un metro e mezzo. LE foglie sono alterne, grandi, ovali o ellittiche (più strette le superiori), intere, a nervature parallele (lungo cui sono pieghettate), di sotto tomentose. I fiori, numerosi, generalmente giallo-verdastri e dall'odore poco gradevole, sono raccolti in un'ampia pannocchia terminale. Il frutto è una capsula.</p>	<p>Tutta la pianta è velenosa, in particolare il rizoma. Il succo del rizoma, era adoperato per avvelenare le frecce. Attenzione Ancora oggi si verificano gravi inconvenienti dovuti alla raccolta per errore del rizoma del veratro al posto della radice ingrossata della genziana maggiore (Gentiana Lutea ovvero Gentiana symphyandra),</p>
45	<p>Aconitum lamarci Nome volgare: Aconito di Lamarck Famiglia: Ranunculaceae Alla vostra destra.</p>	<p>Fiori di color giallo. Vedi per caratteristiche proprietà Aconitum Napellus n.17 (un po' meno velenoso)</p>	<p>Velenosa</p>
46	<p>Serratula tinctoria Nomi volgare: Ceretta comune Serratula dei tintori Famiglia: Asteraceae/Compositae</p> <p>Distribuzione regionale: discontinua su Alpi e Prealpi dagli 800 ai 2200 mt. s.l.m.</p> <p>Ambiente caratteristico: pascoli e prati montani</p> <p>Alla vostra destra.</p>	<p>La Cerretta può arrivare fino a 1 metro di altezza (normalmente va da 10 cm a 40 cm; sembra che in condizioni particolarmente favorevoli siano stati trovati individui alti alcuni metri) e può originare degli arbusti di forma più o meno arrotondata (è considerata una pianta rustica a sviluppo arbustivo). È una pianta quasi glabra. La forma biologica della specie è emicriptofita scaposa (H scap) : ossia è una pianta perennante tramite gemme posizionate al livello del terreno con fusto allungato e mediamente foglioso. Sono considerate piante sempreverdi (mantengono le foglie tutto l'anno se il clima è abbastanza mite). Fusto eretto, angoloso, ramoso in alto e ispido, ma successivamente glabrescente. Foglie: le basali quasi sempre pennatosette, seghettate, con segmenti centrali uguali tra loro, lanceolati, e l'apicale non sensibilmente maggiore degli altri. Fiori: tutti tubulosi, roseo-vinosi di 14-16 mm Frutto: achenio con pappo di peli allungati (6-9 mm).</p>	<p>Proprietà curative: dalla medicina popolare viene considerata una pianta astringente (limita la secrezione dei liquidi) e vulneraria (guarisce le ferite) . Parti usate: tutta la pianta. Nota:Abbiamo inserito anche questa pianta per ricordare la sua definizione "tinctoria" presente in molte piante che sono state usate per tingere i tessuti.</p> <p>Da questa pianta l'industria ricava dei coloranti : il colore giallo. Questo viene prodotto da tutta la pianta che si deve raccogliere prima della fioritura. Il colore che si ottiene è molto solido per la presenza di pigmenti appartenenti al gruppo dei flavonoidi e viene utilizzato nell'industria tessile (filati di lana, cotone e lino)^[2] Questa tintura per renderla più durevole si usa mescolarla ad allume come mordente. Comunque i gialli che si ricavano da queste piante sono unanimemente giudicati come i migliori (stabili e solidi) considerando anche piante da tintura come le Ginestre.</p>

B: Luoghi Umidi - Torbiera Acida

Le torbiere sono un particolare tipo di ambiente umido caratterizzato da un accumulo di sostanza organica parzialmente decomposta in condizioni di forte idratazione del substrato. Il deposito organico che si va accumulando prende il nome di "torba" e rientra nella categoria dei suoli organici. La principale caratteristica dei suoli organici è quella di possedere un basso contenuto di sostanze minerali al punto che nella torba propriamente detta la frazione minerale è in genere inferiore al 5%.

47

Drosera rotundifolia

Nome volgare: Ropsolida – Drosera
Famiglia: Droseraceae

Drosera rotundifolia (dal greco "dròsos" rugiada) chiamata anche rosolida (dal latino "ros solis", rugiada del sole), fotografata in Alta Val Lardana. Le piante del genere Drosera sono tra le specie vegetali carnivore più conosciute. Esse catturano l'insetto con il secreto viscoso dei loro tentacoli, quindi lo avvicinano con questi ultimi al corpo della foglia e lo digeriscono.

Distribuzione: Cosmopolita, in Italia è segnalata nell'arco alpino e prealpino, un tempo comune negli stagni e torbiere di pianura è attualmente diventata molto rara. Il limite meridionale della sua distribuzione in Europa è in Toscana, nel lago di Massaciuccoli.

Habitat: Torbiere e pascoli umidi alpini con substrato acido, acquitrini, spesso associata al muschio Sphagnum.

Il genere Drosera comprende un centinaio di piante con adattamento carnivoro, sono piante di taglia non superiore a 15-20 cm ma alcune specie tropicali e sub tropicali possono raggiungere anche una taglia di 30-50 cm.

È una pianta erbacea alta 10-20 cm, con foglie ovbovate e con un lungo picciolo, disposte a rosetta basale, dotate di lunghi tentacoli con peli porporini che secernono goccioline di un liquido vischioso, nel quale restano intrappolati piccoli insetti. I tentacoli si ripiegano sulla preda dopo la cattura.

Fiorisce da aprile a settembre con piccoli fiori bianchi.

Predilige i luoghi umidi e paludosi, le torbiere e i pascoli umidi alpini con substrato acido, ad altitudini da 300 a 1600 m.

Parti usate: tutta la parte aerea prima della fioritura.

Attività farmacologica:

antispasmodica, sedativa delle vie respiratorie, antibatterica, espettorante, antisettica delle vie respiratorie.

Indicazioni terapeutiche:

affezioni respiratorie, tosse spasmodiche, pertosse, asma bronchiale, bronchiti croniche, raucedine.

Il succo della pianta ha la capacità di far cagliare il latte.

Curiosità:

In molte torbiere nelle vicinanze della drosera vive in simbiosi la Parnassia palustris (Saxifragaceae) in una sorta di «abbraccio mortale». Infatti la «Parnassia» attira i piccoli insetti che posandosi anche sulla «Drosera», che è carnivora, vengono da questa invischiati, asfissati e poi digeriti. In cambio, la piantina killer concede alla sua complice di assorbire dalle radichette sotto di sé i sali minerali che non le servono. (es. giardino botanico in loc. Alpino di Gignese ad 800 mt. sopra Stresa).

Questa simbiosi non è presente nel Cansiglio.

Mentre nelle torbiere del Cansiglio lo **sfagno** (Sphagnum della famiglia delle sfagnacee) la fa "da leone".

Lo sfagno è un muschio estremamente leggero e permeabile.

Lo sfagno prima di tutto rappresenta una scorta d'acqua dinamica di particolare importanza. Infatti, lo sfagno riesce non solo a trasportare una notevole quantità d'acqua in maniera molto capillare, ma riesce ad accumularla quand'è in eccesso ed a rilasciarla lentamente quando manca. Pertanto per la drosera è una situazione eccezionale.

Lo sfagno nelle sue parti inferiori, è sterile per l'assenza di batteri, tanto che, durante la prima guerra mondiale, è stato utilizzato a tonnellate nelle trincee per fasciare ferite e curare infezioni.

48

Sphagnum

Nome volgare: Sfagno
della famiglia delle Sfagnaceae

Lo sfagno (Sphagnum) è un muschio estremamente leggero e permeabile. Lo sfagno è costituito da un fusticino, in cui risultano una zona centrale incolore, il midollo, una intermedia ed una corticale di cellule morte ad eminente funzione assorbente; l'asse principale e le ramificazioni sono rivestite da minutissime foglioline, disposte su tre file, quasi scolorite, per la presenza di grandi cellule ialine dette

Uso:

Durante la prima guerra mondiale si consumarono tonnellate di sfagno, il quale è sterile e veniva usato per ricoprire le ferite, per poi essere bendate.

		leucocisti, vuote, incluse in un fine graticcio di piccolissime cellule viventi, dotate di protoplasma e di clorofilla, dette clorocisti. Importantissimo nelle torbiere perché è una riserva di acqua che rilascia nei periodi più secchi.	
49	<p>Salici</p> <p>Famiglia: salicaceae</p> <p>Tra i salici presenti di lato alla torbiera acida:</p> <p>Salix rosmarinifolia</p> <p>Salix caesia</p> <p>Salix pentandra</p>	<p>In questa zona del giardino si trovano numerosi individui della specie Salix appartiene alla famiglia delle Salicaceae. Originario dell'Europa, Asia e Nord America, comprende circa 300 specie di alberi, arbusti e piante perenni legnose o fruticose, generalmente a foglia caduca; le specie arboree arrivano ai 20 m di altezza.</p> <p>Tipica pianta a salicilati, come la Spirea ulmaria.</p> <p>La svolta storica negli studi sul Salice l'imprime, Napoleone Bonaparte il 20 giugno del 1803, imponendo il blocco all'importazione di qualsiasi merce proveniente dalle colonie inglesi e dall'Inghilterra sul continente. Con tale decisione venne bloccata l'importazione dall'America anche della corteccia di China (originaria dell'America meridionale, un tempo utilizzata, dato l'elevato contenuto in alcaloidi, principalmente come antipiretico) e spinse pertanto la ricerca ad un valido sostituto farmacologico autoctono europeo. Il sostituto più ovvio allora impiegato fu il Salice, per le sue proprietà antipiretiche.</p> <p>Nel 1828, quando Buchner (professore della facoltà di Farmacia nell'Università di Monaco) dichiara di aver isolato la Salicina dalla corteccia del Salice</p> <p>Nel 1875 per la prima volta e utilizzato il sale di Salicilato di sodio, per trattare le febbri reumatiche. Bussy ottiene un successo inconfutabile nel dimostrare l'efficacia antipiretica del prodotto, ma deve ammettere che nel corso della terapia si sono verificati casi di irritazione del tubo digerente.</p> <p>Il 10 ottobre 1897, un altro giovane farmacista e chimico, Felix Hoffmann, per alleviare le sofferenze reumatiche del padre e per proteggerlo dai ben noti effetti gastrolesivi dell'acido salicilico, sintetizzò l'acido acetilsalicilico.</p>	<p>Parti usate: corteccia (nella trad. popolare anche le foglie)</p> <p>Attività farmacologica: antireumatica, eupeptica, astringente, febbrifuga</p> <p>Reumatismo articolare acuto: Azione Antiinfiammatoria, Antidolorifica E Antipiretica. I derivati dell'ac.salicilico svolgono tali effetti in quanto capaci di inibire l'enzima cicloossigenasi, responsabile della trasformazione dell'ac.arachidonico in prostaglandine (PG), senza provocare effetti collaterali all'apparato gastrico come i prodotti di sintesi</p> <p>Indicazioni terapeutiche: reumatismo, influenza, nevralgie, dolori articolari.</p>

D: Ambienti alpino sub-alpino

50	<p>Salix serpyllifolia</p> <p>Famiglia: salicaceae</p> <p>Nella zona contrassegnata con la lettera D Ambienti alpino sub-alpino c'è l'aiuola rocciosa le specie propriamente alpine caratteristiche degli ambienti d'alta quota che nelle nostre montagne costituiscono i pascoli naturali prossimi alla vetta e sono chiamati firmeti.</p>	<p>Salice con fusti nodosi striscianti, bruno scuri, longitudinalmente striati, brevemente e ripetutamente ramificati; i giovani talora lucidi e vischiosi. Le foglie: semplici, sub-sessili e senza stipole; obovata (ca. 0,5 x 1 cm) a margine intero ed apice rotondo o retuso. Il salix serpyllifolia è pianta dioica; infiorescenze ad amento eretto e ovale, peduncolato, successive allo sviluppo delle foglie; la maschile e la femminile (2-7-flori) di ca. 0,5 cm. Con fiori provvisti di una brattea (verdastra); maschili con 2 stami, filamenti glabri e liberi (antere gialle), e 2 nettari; femminili con un nettario ed un ovario glabro, supero e uniloculare, con 2 stigmi portati su un unico stilo. Il frutto è</p>	
-----------	---	---	--

	Interessante osservare in questo aiuola-ambiente la specie di salice (<i>Salix serpillifolia</i>) che si potrebbe scambiare per una piccola pianta tappezzante...ma è un "albero" di salice.	un' infruttescenze a capsule coniche e glabre, in amenti; i semi sono dotati di peli serici.	
50 a	<p>Sàlix waldsteiniana</p> <p><i>Salix waldsteiniana</i> Willd. Sinonimi: <i>Salix arbuscula</i> L. var. <i>waldsteiniana</i> (Willd.) Koch, <i>Salix arbuscula</i> subs. <i>waldsteiniana</i> (Willd.) Br.-Bl., <i>Salix arbuscula</i> Auct. Fl. Ital. p.p. non L. Nomi comuni: Salice di Waldstein Nomi regionali: Famiglia: Salicaceae Habitus e forma di crescita: cespuglioso a foglie caduche Forma biologica: nanofanerofita</p>	<p>Descrizione Dimensioni: 20-50 (150) cm Radice: Fusto ipogeo: Fusto epigeo: corteccia bruno-rossastra scura con rughe longitudinali; rami da grigio-brunastri a bruno-olivastri, lisci e normalmente glabri, che presentano giovani germogli giallo verdastri all'insersione fogliare. Foglie: semplici, con breve picciolo e senza stipole; obovali (1-1,5 x 2-4 cm), apice acuto, margine da irregolarmente dentellato a subintero; pagina superiore lucida, quella inferiore glauca e opaca; da giovani pubescenti, in seguito glabrescenti. Infiorescenza: pianta dioica; infiorescenze ad amento eretto, pedunculato, contemporanee allo sviluppo delle foglie; la maschile ovata di ca. 1 cm, la femminile cilindrica di ca. 3-4 cm. Fiori: provvisti di una brattea (rosso-brunastro); maschili con 2 stami, filamenti glabri e liberi (antere gialle all'antesi) e un nettario; femminili con un nettario ed un ovario pubescente, supero e uniloculare, con 2 stigmi portati su un unico stilo. Frutto: infruttescenze a capsule affusolate, sessili e pubescenti, in amenti; i semi sono dotati di peli serici.</p>	<p>Distribuzione Distribuzione regionale: Alpi e Prealpi, su tutta la fascia subalpina ed alpina. Distribuzione altitudinale (metri s.l.m.): 1400-2200 Geoelemento: illirico Ambiente caratteristico: arbusti e megaforbieti alpini Fioritura: da giugno a luglio Note vegetazionali Specie che cresce prevalentemente su terreni calcarei, in pendii umidi e freschi, esposti e soggetti a prolungato innevamento.</p>
50 b	<p>Sàlix reticulata</p> <p>Famiglia: Salicaceae</p> <p>Forma Biologica: Ch frut - Camefite fruticose. Piante perenni con fusti legnosi, ma di modeste dimensioni.</p>	<p>Descrizione, Morfologia: Arbusto nano, con fusti striscianti e legnosi: altezza 4÷8 cm, rami glabri, di colore variabile dal giallo-bruno al verde-oliva.</p> <p>Foglie, Fiori, Semi: Gemme svernanti bruno chiare, ovato-lanceolate, glabre o debolmente pelose. Le foglie hanno lungo picciolo giallo-marrone o rossastro, lamina ellittica o ovoidale-arrotondata, di colore verde scuro, la pagina superiore con fitta rete di nervature prominenti, pelose nella pagina inferiore, bianco-argentea di sotto. Le foglie giovani presentano un tomento lanoso più o meno fitto, a maturità la pagina superiore è quasi del tutto glabra e lucida. Pianta dioica con infiorescenze in piccole spighe multiflori (amenti) apicali ai rami di 2 o più anni Gli amenti di colore rosa-rossastro, compaiono assieme alle foglie: quelli maschili hanno peduncoli pubescenti di circa 2 cm, sono lunghi 1,5-3,5 cm, spessore di 5 mm circa, brattee fiorali tondeggianti e lunghe circa la metà degli stami; l'involucro florale è assente, 2 stami liberi con antere prima rosse poi</p>	<p>Areale, Ecologia: (Circum) Artico-alpina Solo sulle Alpi: Valle d'Aosta, Piemonte, Lombardia, Trentino Alto Adige, Veneto, Friuli Venezia Giulia, Liguria.</p>

		gialle. Gli amenti femminili sono lunghi all'incirca 2 cm con spessore pari a quello delle infiorescenze maschili. I frutti sono capsule con semi dotati di pappi lanosi.	
50 b	Sàlix retusa FAMIGLIA: Salicaceae NOME VOLGARE: Salice retuso HABITAT: Suoli nivali umidificati, generalmente acidi da 1900 sino a 3000 mt	Arbusto strisciante, alto sino a 40 cm., con fusti ascendenti e tenaci Foglie glabre di colore verde brillante su entrambe le pagine, con lamina lunga 1-2 cm, di forma oblunga od oblanceolata, più lunga che larga, smarginata all'apice e cuneata alla base; Amenti lunghi 1-2 cm, ovoidi o oblungi, eretti o ascendenti, giallo-verdastri e portano 8-10 fiori unisessuali, filamenti di 4 mm., fiorisce da maggio ad agosto. Il frutto è una capsula, generalmente rossastra, contenente i semi circondati da peli lanuginosi per favorire la disseminazione.	Nessun uso erboristico.

C: Aspetti Geomorfologici

51	Dolina	L'altopiano del Cansiglio è una tipica zona carsica. Il fenomeno del carsismo è chimico-fisico e consiste nella dissoluzione del carbonato di calcio delle rocce calcaree, a contatto con l'anidride carbonica presente nella pioggia o nell'acqua prodotta dal disgelo. L'anidride carbonica presente nell'acqua, la rende leggermente acida, formando con essa acido carbonico; la reazione di questo acido con la roccia calcarea (normalmente insolubile in acqua), trasforma il carbonato di calcio, in bicarbonato di calcio molto più solubile, dando così avvio a questo lungo processo di alterazione della roccia. Il risultato di questo fenomeno è ben visibile, non solo nelle tre grandi depressioni che costituiscono l'area del Cansiglio, ma anche nelle numerose doline ed inghiottitoi presenti su tutta l'area. Le doline , sono grandi buche del diametro di vari metri, a forma di imbuto. mentre le conche a fondo piatto con dimensioni chilometriche sono chiamate "polje" (come le tre grandi depressioni che costituiscono l'altopiano); tra le più importanti doline si ricorda il Bus de la Lum (che non significa il buco della luna ma il buco della luce) profondo 185 m e il Bus della Genziana di 582 m di profondità e 3 km di sviluppo. La dolina che abbiamo visitato è chiamata "del giaz" del ghiaccio perché naturale deposito di neve e ghiaccio che dura anche nei mesi estivi.
52	Laboratorio di Geomorfologia	il cui scopo è quello di misurare la dissoluzione chimica e l'erosione nelle rocce carsificabili e non carsificabili
53	Lama	La Lama è uno stagno. Si tratta di uno specchio d'acqua tipicamente circolare, originatosi dalla impermeabilizzazione del fondo di una dolina in seguito alla deposizione del materiale argilloso quale residuo della dissoluzione del calcare contenuto nella Scaglia Grigia. In un ambiente carsico come quello del Cansiglio la presenza di questi specchi d'acqua, usati anche come pozze d'alpeggio, diviene fondamentale in quanto sono gli unici luoghi in cui permane una riserva d'acqua anche in periodi di siccità. Qui vegetano varie specie quali la vistosa tifa maggiore (<i>Typha latifolia</i>), la lisca lacustre (<i>Schoenoplectus lacustris</i>), la veronica beccabungna (<i>Veronica beccabungna</i>) e la giunchina d'acqua (<i>Eleocharis palustris</i>).
54	Di lato al ponticello della lama	Piante dei laghi di revine Sono laghi di origine glaciale di elevata valenza naturalistica. In questi laghi, in parte modificati dall'attività umana, sopravvivono delle rare piante lacustri alcune delle quali erano un tempo presenti sul Lago di S. Croce e in un altro laghetto chiamato lago di Reveane, ora scomparso, situato a Paludi, località del basso Alpi che negli anni '30 del '900 è stata oggetto di bonifica. Per questo motivo si è scelto di

		mantenere per scopi protezionistici e di conservazione specie quali la ninfea bianca (<i>Nymphaea alba</i>), la ninfea gialla (<i>Nuphar luteum</i>) e il morso di rana (<i>Hydrocharis morsus-ranae</i>) ed Iris d'acqua (Iris Pseudocorus)
--	--	---

Per ulteriori informazioni: Erboristeria Armonia via Nazionale n. 74 b- Quero (BI) tel. 0439 788443

e-mail: armonia.salute@tiscali.it

<http://centroricercapianteofficinali.blogspot.com/>