



L'AMICA DIMENTICATA

N.5

VINCENZO IORIO

L'Assenzio Poteri e Virtù

Proprio quest'oggi mentre stavo seduto su di una panchina intento a leggere il mio quotidiano, osservavo la chioma stupenda di un abete rosso che vantava la sua bellezza al cospetto di un faggio. Quest'ultimo malgrado l'inverno inoltrato, mostrava quà e là sui suoi robusti rami ancora una chioma folta di foglie anche se ingiallite e cadenti.

L'abete appartiene alla famiglia delle conifere robuste piante apparse sulla terra circa 350 milioni di anni fa. Il faggio invece è una angiosperma, un tipo di pianta molto più evoluta apparsa circa 100 milioni di anni fa. Centinaia di milioni di anni fa noi non eravamo ancora nati e già queste piante regnavano indisturbate volgendo le loro chiome al sole. Quest'ultimo elargitore di perpetua luce, induceva le energie necessarie al loro sostentamento. Oramai anche gli scolari della scuola elementare sanno che le piante verdi hanno bisogno della luce solare per sopravvivere. Le complesse reazioni chimiche (ancora oggi non perfettamente esplorate) della fotosintesi, sono responsabili della trasformazione a carico della pianta dell'anidride carbonica atmosferica e dell'acqua assorbita dal terreno in glucosio. Questa reazione avviene quindi per mezzo di acqua che viene assorbita dalle radici con grande avidità. L'acqua è utilizzata anche come veicolo di trasporto di diverse sostanze nutritive che la pianta raccoglie dal terreno e molta dell'acqua assorbita dalle radici viene successivamente ceduta all'atmosfera tramite le foglie.

Un albero latifoglio di media grandezza contiene circa 20.000 foglie, esse costituiscono un'enorme superficie che funziona come gli alveoli polmonari negli esseri umani. Un faggio con circa 150.000 foglie, della grandezza di 20 cm ciascuna, libera nell'aria una quantità d'acqua sufficiente a coprire una superficie di 300 m. In una calda giornata estiva, un ettaro di bosco di faggi può arrivare a far evaporare una quantità d'acqua pari a circa 30.000 litri. Questo fenomeno provoca quella sensazione di fresco che può essere avvertita nei pressi di un bosco ed è tanto preziosa per il viandante affaticato che vi si trova a percorrerlo. Durante la stagione estiva molti di noi non riescono a tollerare quel caldo torrido che esala dalle nostre città inquinate; eppure questo calore insopportabile potrebbe essere fortemente

attenuato se fossimo circondati da alberi. Tutte le volte che ci troviamo al cospetto di un albero pensiamo seriamente a queste cose e osserviamolo tenendo presente questa sua importante funzione regolatrice. Negli articoli successivi parleremo di alcuni alberi noti e meno noti e approfondiremo il discorso relativo a queste piante.

E mentre il faggio durante le vacanze natalizie si spoglierà completamente del suo manto di foglie, volgiamo la nostra attenzione come di abitudine ormai perseverante della nostra rubrica ad una pianta più piccola ma ugualmente interessante. È di turno oggi per voi la misteriosa piantina di **Assenzio volgare** (*Artemisia Vulgaris*).

Nella nostra regione vive fra le macchie erbose che intervallano i suoli edili o nei prati incolti quà e là per la periferia, delle distese di un'erba, un tempo molto più conosciuta, l'assenzio volgare. La piantina è una delle tante specie presenti nel nostro paese che appartengono al genere *Artemisia*, a loro volta appartenenti alla grande famiglia delle *Compositae* o *Asteraceae*. La varietà *Artemisia Absinthium* o assenzio vero, specie un tantino meno frequente di quella che invece ho voluto presentarvi, è la pianta principale del genere a cui questa appartiene. La piantina di assenzio volgare possiede più che altro le stesse proprietà dell'assenzio vero, anche se leggermente meno attive.



Fig.1/A – *Artemisia Vulgaris*



Fig.1/B – *Artemisia Absinthium*

Il nome artemisia è di etimologia incerta forse allusivo alle virtù benefiche della pianta; oppure da Artemide cui la pianta sarebbe stata dedicata.

Questa pianta è considerata una specie infestante, essa infatti predilige i suoli ricchi di nitrati. Per questa ragione la si può trovare nelle discariche, lungo i sentieri che costeggiano una ferrovia o nelle macchie erbose fra una casa e l'altra alla periferia di una città. Per riconoscere la piantina di assenzio volgare è sufficiente osservare i posti appena elencati durante la stagione estiva. Nel mese di agosto, periodo in cui rametti si cospargono di piccoli fiori gialli molto profumati, è molto facile scogerla ai margini delle strade con la tipica forma conica che ci ricorda l'albero di natale. Il fusto, in molti casi rossastro, è legnoso e può superare il metro di altezza.



Il profumo inconfondibile è l'elemento più caratteristico della pianta; ebbene tener presente che alcune persone sono però molto sensibili ai pollini dell'assenzio che è considerato pertanto una pianta allergenica. Quindi attenzione, prima di usare la pianta assicurarsi di non essere sensibili a questo genere di fastidio.



I giovani germogli possono essere usati con discrezione nelle insalate, anche se io non consiglio di adoperarla come pianta commestibile. Invece sono scientificamente provate le sue proprietà medicinali. L'artemisia volgare può essere adoperata con successo come antispasmodico, emmenagogo, febrifugo, vermifugo e come tonico. In alcuni paesi un'infusione

di assenzio volgare è usato con successo per ridare appetito ai bambini inappetenti. L'intenso profumo emanato dalla pianta, specialmente durante la fine della stagione estiva, è un deterrente per insetti come tarme, cimici, lepisma (pesciolino d'argento) o altri parassiti. Ho sperimentato con successo il profumo della pianta come potente scaccia zanzare. Utilizzando dei sacchetti di tela (i fazzoletti che si usano per avvolgere i confetti sono eccezionali) e introducendovi all'interno una manciata di sommità fiorite della pianta raccolte agli inizi di settembre, si possono ottenere degli economici antitarme da mettere negli armadi o nei cassetti di un comò.

Per ottenere un pratico, economico e innocuo antipulci per animali basta preparare un decotto di assenzio e cospargere per mezzo di un rametto della stessa pianta l'animale da decontaminare. Questo decotto può dare gli stessi risultati per gli afidi che hanno infestato eventualmente i fiori del nostro giardino.

Un uso forse poco noto dell'assenzio è nella preparazione di liquori come il Vermouth. Anticamente in Francia veniva preparato un liquore a base di assenzio che prendeva lo stesso nome della pianta. Questo liquore apprezzato dagli artisti di fine Ottocento per i suoi effetti inebrianti, si rivelò molto tossico per il sistema nervoso e ai primi del secolo ne fu proibita la vendita. Recenti ricerche compiute sulla pianta di assenzio hanno rilevato la presenza di numerosi principi chimici, alcuni dei quali non perfettamente isolati e conosciuti. Alcuni di questi costituenti, come il Tujone, è stato considerato come il responsabile degli stati allucinatori provocati sull'uomo dai liquori prodotti con questa pianta. Vincent van Gogh si sparò un colpo d'arma da fuoco nel pomeriggio del 27 luglio 1980 in Francia e vi sono valide ragioni per ritenere che van Gogh fosse dedito all'assenzio, che le sue psicosi fossero esacerbate dal tujone e che le crisi allucinatorie l'avessero portato al suicidio.



Nel grande laboratorio chimico del regno vegetale si producono ogni tipo di composti e sostanze diverse, forse nel caso dell'assenzio alcune di queste sostanze non sono state proprio benefiche ma la responsabilità di questi fatti è imputabile all'uomo la cui ragion d'essere è quella di conoscerle e utilizzarle proficuamente. Molte proprietà e caratteristiche di alcune piante devono ancora essere scoperte. Forse il segreto della guarigione di alcune malattie è ancora celato in alcune di esse pronto a saltar fuori appena qualcuno le scoprirà. Rispettiamo questa interminabile distesa di segreti che fortunatamente ancora oggi primeggia come quantità sulla crosta di questo nostro antico pianeta.