

Crespino



Nome scientifico: *Berberis vulgaris* L.

Nome inglese: common barberry

Famiglia: Berberidaceae

Distribuzione: originario del centro e del sud Europa, nord Africa e Asia occidentale, è anche naturalizzato nel nord Europa, comprese le Isole Britanniche, la Scandinavia e il Nord America. Si trova in Italia, soprattutto nelle zone alpine e prealpine e cresce fino a 2500 m di altitudine.

Descrizione: arbusto a portamento cespuglioso con robusti rami spinosi e chioma leggera e irregolare; cresce lentamente, fino a raggiungere un'altezza massima di 3 m. Ha una radice di colore giallastro, legnosa e strisciante. La corteccia è liscia, color giallo ocra o bruno.

Le foglie sono decidue, alterne, a forma di spatola ovoidale, brevemente picciolate. Il margine è fortemente dentellato e leggermente spinoso; alla base delle foglie sono presenti spine lunghe 1-2 cm. Le foglie spuntano a metà marzo circa e in autunno si colorano di rosso.

I fiori ermafroditi e riuniti in racemi ascellari e pendenti, sono di colore giallo e hanno un odore intenso ma non particolarmente gradevole. I frutti sono delle bacche allungate, rosse e traslucide che compaiono da agosto fino ad ottobre.

Fioritura: maggio-giugno

Frutto: bacca

Coltivazione: la moltiplicazione del crespino viene fatta da seme nel mese di novembre, oppure da talea semi-legnosa, prelevata nel periodo luglio-settembre; in alternativa le talee di legno vengono prese nel periodo ottobre-dicembre. Richiede una buona esposizione al sole e può svilupparsi alla perfezione in tutti quei terreni basici, calcarei e ricchi di nutrienti. È una pianta rustica che, una volta che riesce ad attecchire, presenta un'ottima resistenza nei confronti di qualsiasi temperatura.

Droga: radice (corteccia); foglie e frutti

Tempo balsamico: ottobre (frutto e radice), giugno-luglio (foglia)

Principi attivi:

- corteccia: berberina, palmatina, iatrozzizina, alcaloidi, resina, olio essenziale, zucchero, mucillagine, tannino, pectina
- foglia: berberina, acidi citrico e malico, zuccheri, gomma, pectina e acido tartarico

Impiego terapeutico: pianta considerata ipotensiva, coleretica e antispasmodica, attività attribuite alla presenza di berberina. La pianta è dotata inoltre di proprietà vasocostrittrici ed emostatiche, così da essere impiegata nelle metrorragie che compaiono in menopausa e in presenza di fibriomiomi, in alcune forme di dismenorea concomitanti o conseguenza di una congestione pelvica. La berberina inoltre è una sostanza amara che agisce come stimolante delle funzioni digestive. Per questo motivo la corteccia della radice veniva impiegata come stomachico amaro e come stimolante della funzionalità epatica. Viene segnalato un utilizzo anche in caso di nefrolitiasi, ritenzione urinaria e come depurativo del sangue. La berberina dimostra azione antifebbrile, e in particolare, antimalarica, ed in passato è stata utilizzata in sinergia con la chinina nel trattamento della malaria. La berberina sarebbe dotata di un'azione blandamente anestetica su mucose e tessuto sottocutaneo. Sono state segnalate inoltre proprietà battericide. In oculistica, viene impiegata nel trattamento di congiuntiviti.

I frutti non contengono alcaloidi. L'infuso, ottenuto con i frutti e con le foglie, risulta una bevanda rinfrescante contenente vitamina C e agisce come leggero lassativo e antifebbrile.

Altri usi: i giovani germogli sono utilizzati bolliti. Anche i frutti maturi, di sapore vinoso, acidulo, ricchi in vitamina C sono eduli e possono essere utilizzati freschi o canditi o per preparare sciroppi e marmellate. Per la presenza di sostanze amare possono essere impiegati per confezionare aperitivi.

È una pianta coltivata principalmente per la bellezza delle sue foglie, dei fiori e delle bacche. La sua fitta ramificazione grazie anche alla presenza di spine sui rami ne fa un'ottima pianta da siepe.

È una pianta colorante per la presenza della berberina.

Controindicazioni: la pianta è iscritta nella lista negativa della Commissione E tedesca. Solo l'uso a dosi elevate della radice risulta pericoloso, mentre l'uso delle foglie o dei frutti non comporta rischi. La berberina a dosi elevate può provocare disturbi gastrointestinali con nausea, vomito e diarrea, polipnea, paralisi respiratoria, nefrite emorragica, arresto cardiaco.

Dosaggi elevati di berberina determinano un'azione deprimente cardiaca e vasodilatatrice. Si manifesta depressione dell'attività respiratoria e stimolazione della muscolatura liscia di vari organi, quali intestino, utero e bronchi. Per queste ragioni, porre attenzione alla contemporanea assunzione di farmaci cardioattivi e analettici respiratori.

La berberina può interferire con il normale metabolismo della bilirubina nei lattanti provocando ittero, per questo se ne sconsiglia l'uso in gravidanza e durante l'allattamento.

Curiosità: il nome crespino deriva dal vocabolo arabo *harbaris*, con cui venivano indicati i frutti della pianta.

La berberina, dal forte colore giallo, è responsabile del colore dello stelo e delle radici.

Il crespino è ospite intermedio del fungo *Puccinia graminis*, ossia la ruggine del grano. Questo fungo si sviluppa inizialmente sul crespino comune, che tuttavia non viene danneggiato dal fungo stesso e al termine della sua fase riproduttiva le spore vengono trasportate dal vento e, in specifiche condizioni climatiche, aderiscono al grano, dal quale traggono nutrimento e su cui si riproducono in modo esponenziale, indebolendo fortemente le piante e, nei casi peggiori, le uccidono.