

Lentisco



Nome scientifico: *Pistacia lentiscus* L.

Nome inglese: mastic tree

Famiglia: Anacardiaceae

Distribuzione: specie diffusa in tutto il bacino del Mediterraneo prevalentemente nelle regioni costiere, in pianura e in bassa collina. In genere non si spinge oltre i 400-600 m. È diffuso in Italia.

Descrizione: pianta sempreverde a portamento cespuglioso, raramente arboreo, alta 1-3 metri, con forte odore di resina. La chioma è generalmente densa per la fitta ramificazione, di forma globosa. L'intera pianta emana un forte odore resinoso. La corteccia è grigio cinerina, il legno di colore roseo.

Le foglie sono alterne, paripennate, composte da 6-10 foglioline ovato-ellittiche a margine intero e apice ottuso, coriacee glabre. Il picciolo è appiattito e alato.

Il lentisco è una specie dioica. Sia i fiori maschili che i femminili sono piccoli, rossastri, raccolti in infiorescenze a pannocchia di forma cilindrica, portati all'ascella delle foglie dei rametti dell'anno precedente. I fiori maschili sono vistosi per la presenza di stami di colore rosso vivo; i fiori femminili sono verdi con ovario supero; i petali sono assenti.

Il frutto è una piccola drupa sferica o ovoidale, di 4-5 mm di diametro, carnosa, di colore rosso, tendente al nero a maturità, contenente 1 seme.

Fioritura: marzo-maggio

Frutto: drupa

Coltivazione: necessita di posizioni soleggiate per svilupparsi al meglio, ma può sopportare anche la mezz'ombra; in genere può sopportare temperature vicine ai -10°C , anche se nelle regioni con inverni particolarmente rigidi è bene ripararlo.

Droga: resina

Tempo balsamico: aprile

Principi attivi: olio essenziale (α -terpineolo, α -pinene, mircene, cariofillene, metil isoeugenolo, germacrene, pinene), resina, tannini, antocianine, tocoferoli

Impiego terapeutico: la resina (o mastice), ottenuta effettuando incisioni sul tronco e sui rami, è stata impiegata nelle regioni del Mediterraneo come sostanza da masticare poiché rammollisce e diventa plastica sotto i denti; è stata, infatti, l'antenata del chewing-gum. Contemporaneamente, il mastice masticato diventa una pasta malleabile che aderisce ai denti e, grazie alla sua azione antinfiammatoria e antisettica, combatte la gengivite, la piorrea e profuma l'alito. È anche impiegata in paste per otturazioni dentarie, mastici per fissare dentiere, ecc.

L'olio essenziale prodotto dai frutti è considerato efficace nella cura dei reumatismi; esso ha proprietà balsamiche, antinfiammatorie, sedative ed antisettiche delle mucose; l'alto contenuto di sostanze tanniche ne fa un valido aiuto in caso di dissenterie, anche se l'uso del lentisco come pianta medicinale è attualmente sconsigliato per uso interno perché può provocare intossicazioni e fenomeni di intolleranza. È invece un ottimo balsamico, tonificante e rinfrescante da aggiungere all'acqua del bagno.

L'olio ricavato dai semi è usato in cosmetica per fare saponi con caratteristiche balsamiche ed antisettiche.

Altri usi: Il lentisco ha notevole importanza ecologica per la rapidità con cui ripristina un buon grado di copertura vegetale del suolo denudato. È considerata una specie miglioratrice nel terreno. Il terriccio presente sotto i cespugli di questa specie è considerato un buon substrato per il giardinaggio. Il lentisco è coltivato come pianta ornamentale, prestandosi bene come componente di giardini mediterranei e giardini rocciosi. Poiché resiste bene alle potature drastiche è adatto anche per la costituzione di siepi geometriche.

È una pianta tintoria, le cui foglie conferiscono una colorazione gialla alle fibre. Le foglie, ricche di tannini, venivano anche usate per la concia delle pelli.

Nell'alimentazione animale, il pannello residuo dall'estrazione dell'olio è utilizzabile tale e quale come mangime, soprattutto per i suini.

Il legname del lentisco è apprezzato per lavori di intarsio e per piccoli lavori al tornio, grazie alla sua durezza e al bel colore rosso-venato. In passato veniva usato per produrre carbone vegetale e ancora oggi è apprezzato per alimentare i forni a legna delle pizzerie in quanto la sua combustione permette di raggiungere in tempi rapidi alte temperature.

Controindicazioni: l'uso del lentisco come pianta medicinale è attualmente sconsigliato per uso interno perché può provocare intossicazioni e fenomeni di intolleranza.

Curiosità: il nome del genere deriva dal greco *pistákion*, assonante con il persiano *pistáh* = ricco di farina. Il termine *lentiscus* identificava in latino questa specie.

Il mastice più puro e pregiato, solido e profumato, si trova unicamente in una zona a sud dell'isola di Chios detta "Mastichoria", che comprende circa 20 villaggi raccolti in una cooperativa di famiglie

produttrici che raccolgono la resina durante il periodo estivo. Ogni albero adulto, di circa 15 anni di età, produce annualmente 100-200 grammi di resina.

La pianta rimane verde anche d'estate durante il periodo di maggiore aridità, grazie alla sua resistenza all'aridità. Ha una grande capacità pollonifera; anche se i rami vengono praticamente distrutti dal fuoco, la pianta forma rapidamente nuova vegetazione dopo un incendio.

L'olio prodotto dai frutti del lentisco era utilizzato per alimentare le lampade per l'illuminazione. Nel vastese veniva ampiamente raccolto per essere venduto ai commercianti Veneziani che lo utilizzavano soprattutto per conciare le pelli.

Una leggenda narra che questo albero cominciò ad emettere le sue "lacrime medicinali" per piangere la sorte di San Isidoro, martire cristiano, quando passò per un bosco di lentisco durante il tragitto verso l'esecuzione ad opera dei romani nel 250 d.C.