

# Santolina



**Nome scientifico:** *Santolina chamaecyparissus* L.

**Nome inglese:** lavender cotton

**Famiglia:** Asteraceae

**Distribuzione:** cresce nell'Europa meridionale; predilige pendii rocciosi, asciutti, caldi e terreni calcarei ed è presente fino ad un'altitudine di 1000 m.

**Descrizione:** è una pianta sempreverde, aromatica, con la base lignificata e i fusti erbacei eretti, alti fino a 60 cm; questi, ampiamente ramificati alla base, sono poi dritti e semplici, quindi ramificati nell'infiorescenza, e sono spesso forniti di fascetti di foglie ascellari. Tutta la pianta emana un forte odore caratteristico ed è più o meno tomentosa: si va da piante bianche per l'abbondanza di peli a piante verdastre che sono quasi glabre. Le foglie sono persistenti, lineari, dentate o pennatosette, un po' carnose, di colore grigio-verde o grigio argento.

I fiori di colore giallo sono di forma tubolare, disposti in capolini sferici terminali. Il capolino è circondato da due serie di brattee oblunگو-linearì; i fiori sono gialli o verdicci: quelli periferici sono femminili e hanno spesso una piccola ligula, quelli centrali sono maschili.

Il frutto è un achenio oblunگو-compresso, con le due estremità arrotondate e senza pappo.

**Fioritura:** giugno-luglio

**Frutto:** achenio

**Coltivazione:** il più semplice metodo di riproduzione consiste nello staccare delle talee in primavera o per divisione dei cespi. Necessita di essere posta a dimora in luoghi molto luminosi e soleggiati; è resistente alla siccità e può sopportare temperature di molto inferiori allo zero, ma talvolta necessita di una copertura se i mesi invernali sono particolarmente rigidi, in genere è sufficiente pacciamare il terreno attorno alla base del fusto con paglia o foglie. Il terreno ideale per la crescita deve essere ben drenato, dunque ottimo è il terreno sabbioso.

**Droga:** sommità fiorite

**Principi attivi:** olio essenziale contenente principalmente santolinone, tannini, resina, sostanze amare, terpeni, alcaloidi

**Tempo balsamico:** luglio

**Impiego terapeutico:** popolarmente viene utilizzata come vermifugo, emmenagogo, antispasmodico. È stata impiegata come un utile sedativo, in casi d'ansia e d'insonnia.

Si usano i semi e le sommità fiorite per preparare infusi e decotti benefici in caso di problemi digestivi e di coliche in quanto facilita il funzionamento dell'apparato gastrointestinale, depura i reni ed ha azione antispasmodica. E' antelmintica quindi utile per combattere i parassiti intestinali mentre per la sua azione antisettica è utile per disinfettare le ferite e le punture di insetti su cui ha anche un'azione antipruriginosa.

Viene rapidamente assorbita dalla pelle ed i suoi principi riescono a penetrare nel flusso sanguigno dopo pochissimi minuti. In aromaterapia, l'olio essenziale estratto dal fiore della santolina può portare ad un favoloso effetto curativo sul sistema nervoso, calmando e tranquillizzando il paziente e dandogli un senso di rilassamento e tranquillità.

**Altri usi:** è coltivata a scopo ornamentale in vaso e in giardino per il suo fogliame decorativo e profumato. La pianta, grazie al suo odore intenso ed aromatico, alle sue foglie villose e finemente divise ed ai capolini gialli svettanti, viene coltivata di buon grado in giardini rocciosi e per la realizzazione di siepi basse. Inoltre, grazie alle forti radici è ideale per consolidare scarpate. Svolge anche una funzione insetticida: posta in cassette sui davanzali tiene lontane le zanzare. La porzione aerea della pianta essiccata viene utilizzata per tenere lontani tarme e altri insetti dagli indumenti e dalla biancheria.

**Controindicazioni:** l'impiego della santolina sotto il profilo medicinale è impegnativo e richiede imperativamente la supervisione del medico.

**Avvertenze:** da utilizzare con prudenza per via interna, a causa della possibile presenza di tujone. Questa pianta rientra nella lista del Ministero della Salute per l'impiego non ammesso nel settore degli integratori alimentari.

**Curiosità:** nell'antichità i medici egiziani usavano questa pianta per patologie nel campo oculistico. In francese la santolina ha anche il soprannome "garderobe", poiché protegge vestiti e biancheria dalle tarme.