

Agrifoglio



Nome scientifico: *Ilex aquifolium* L.

Nome inglese: holly

Famiglia: Aquifoliaceae

Distribuzione: originario dell'Asia occidentale e dell'Europa vive nei boschi di faggio e di quercia. L'agrifoglio è una specie spontanea dell'Europa centroccidentale con un vasto areale che va dalle coste atlantiche e mediterranee alle regioni costiere dell'Asia Minore. E' presente in tutte le regioni italiane, spontaneo nei boschi di montagna, ma ormai raro allo stato spontaneo a causa delle continue ceduzioni dei boschi.

Descrizione: arbusto sempreverde dioico che può raggiungere i 7-8 m di altezza. Ha corteccia liscia di colore grigiastro e rami verdastri. Le foglie sono alterne, coriacee, di colore verde scuro intenso, lucide sulla pagina superiore; hanno margine ondulato, spinoso le inferiori, inermi le superiori. La spinescenza rappresenta una difesa naturale della specie contro il morso degli animali, pertanto essa è presente soprattutto nei rami più bassi, mentre le foglie alte sono in genere a margini lisci. I fiori, di colore biancastro e poco appariscenti, riuniti in gruppetti all'ascella delle foglie dell'anno precedente, hanno breve peduncolo e compaiono tra maggio e giugno. Durante l'inverno si formano i frutti, delle drupe globose, di colore rosso vivo lucente a maturazione, contenenti 2-4 semi.

Al genere *Ilex* appartiene *Ilex crenata* Thunb., l'agrifoglio giapponese, arbusto sempreverde a lenta crescita (alto 2,5-3 m), compatto, a portamento verticale, originario del Giappone.

Ha foglie piccolissime, ovali, verde scuro con denti arrotondati, il colore rimane lucido anche d'inverno. È una pianta dioica. I fiori piccoli, bianchi sbocciano in maggio-giugno, in gruppi di 3 o 5 nelle piante maschili; i frutti (che si trovano solo sulle piante femminili) compaiono in settembre-ottobre e sono piccole bacche nere, lucide.

Fioritura: maggio-giugno

Frutto: drupa

Coltivazione: la moltiplicazione avviene con la semina dei semi freschi, oppure prelevando le talee nel periodo estivo e attendere la radicazione, per poi trapiantarle in primavera. Occorre posizionare la pianta in una zona semi-ombreggiata, di modo che abbia una giusta esposizione al sole, senza esagerare. Per quanto riguarda il clima, l'agrifoglio resiste al caldo ma non ama il gelo. Predilige i terreni tendenti all'acido e non ama i terreni argillosi.

Per avere una bella pianta rigogliosa, occorre concimare l'agrifoglio con regolarità. In primavera viene impiegato un concime a base di potassio e azoto per favorire l'attività vegetativa e lo sviluppo dei fiori, in inverno meglio utilizzare il concime organico.

Droga: giovani getti, foglie, corteccia, radice, frutti

Tempo balsamico: aprile (giovani getti e foglie), autunno (radici e frutti), anno intero (corteccia)

Principi attivi: illicina, illaxantina, tannini, pectine, teobromina, acido silicico, mucillagine.

Impiego terapeutico: oggigiorno l'agrifoglio viene usato raramente in fitoterapia per via della sua tossicità, ma presenta proprietà diuretiche, febbrifughe e lassative. La direttiva del Ministero della Salute (Luglio 2009) non consente di inserire negli integratori alimentari le sostanze e gli estratti vegetali di questa pianta, in particolare cita corteccia, foglia e frutto.

In gemmoterapia viene utilizzato il macerato glicerico ricavato dai giovani getti, in sinergia con altre piante, nel trattamento dell'insufficienza renale da alterazione del tessuto renale, coliche gastroenteriche, itterizia, caduta dei capelli causata da disturbi dell'assorbimento intestinale, congiuntivite, trattamento degli acufeni.

Le foglie, raccolte prima della fioritura, staccando quelle di un anno e non le giovani appena formate, e fatte poi essiccare all'ombra, venivano impiegate dalla medicina popolare per le loro proprietà febbrifughe, antireumatiche e antiartriche. Si tratta di un eccellente febbrifugo ad azione lenta, ma costante; molto probabilmente prima della scoperta del chinino veniva impiegato nella cura delle febbri malariche.

Il decotto e il vino medicato della corteccia vantano proprietà febbrifughe. Il decotto delle giovani radici è invece, diuretico.

I frutti, raccolti a maturazione da ottobre a dicembre e fatti essiccare al calore, hanno azione purgativa.

Infine, l'agrifoglio è una pianta utilizzata nei fiori di Bach.

Atri usi: è una pianta tipica del Natale, ampiamente coltivata come ornamentale per lo splendido fogliame verde intenso che crea un piacevole contrasto con i frutti rossi. Essendo una pianta robusta e resistente, l'agrifoglio può essere usato anche come siepe protettiva.

L'agrifoglio rappresenta un elemento decorativo largamente usato per le decorazioni natalizie, per ghirlande, corone, centri tavola e composizioni floreali.

Il legno è bianco, assai duro e compatto, elastico e resistente, facilmente tingibile, specie di nero ad imitazione dell'ebano. È impiegato per pregevoli lavori di ebanisteria, di intarsio, tornitura, per la realizzazione di strumenti per disegno e regoli calcolatori.

Avvertenze: sono tossiche sia le bacche che le foglie per la presenza di eterosidi di tipo cianogenetico. Il contenuto di ilicina contribuisce a rendere l'agrifoglio tossico per gli esseri umani poiché irrita lo stomaco e l'intestino, e altri componenti lo rendono dannoso per il sistema nervoso e per il cuore. I frutti rossi sono velenosi per l'uomo, ma costituiscono al contempo un cibo particolarmente appetito dagli uccelli. L'ingestione provoca un grave stato infiammatorio sia a livello dell'apparato gastro-intestinale con vomito e diarrea, sia a livello renale con incremento della diuresi. I primi sintomi di avvelenamento sono vomito e diarrea. L'ingestione di appena venti bacche può essere mortale per un adulto. È quasi superfluo ricordare che i frutti sono pericolosi soprattutto per i bambini che vengono inevitabilmente attirati dal colore rosso vivo.

Curiosità: è una specie protetta di cui è assolutamente vietata la raccolta.

Considerata una pianta magica ancor prima dell'avvento del Natale cristiano, da sempre è simbolo di fertilità e buon auspicio per l'anno nuovo; si dice che proteggesse dai demoni e portasse fortuna. Gli antichi Romani consideravano l'agrifoglio un vero e proprio talismano e usavano piantarlo nelle vicinanze delle abitazioni per assicurarsi buona fortuna e prosperità.

Nei paesi a nord delle Alpi e anche in Gran Bretagna i contadini solevano appendere rametti di agrifoglio in casa, ma anche nelle stalle, per allontanare la malasorte.

In antichità vi era la tradizione di proteggere la carne salata dall'attacco dei topi con l'aiuto delle foglie coriacee e spinose dell'agrifoglio che per questo era conosciuto anche con il nome di pungitopo maggiore.

L'agrifoglio giapponese a prima vista può essere confuso con il bosso da cui si distingue per la disposizione delle foglie alternate e con piccole dentellature marginali, mentre il bosso ha foglie opposte e margini lisci.