

# Cedrina



**Nome scientifico:** *Lippia citriodora* Kuntze

**Nome inglese:** vervain

**Famiglia:** Verbenaceae

**Distribuzione:** originaria del Sud America (Perù, Cile), fu importata in Europa dagli Spagnoli nel XVIII secolo. Acclimatata alle condizioni atmosferiche del bacino mediterraneo, è presente lungo le coste della Spagna, Italia e Grecia. In Italia, è diffusa per lo più nelle regioni centro-meridionali, dove le temperature sono più miti anche in inverno.

**Descrizione:** specie aromatica che al solo sfiorarla diffonde nell'aria un fragrante e inconfondibile profumo di limone. È un arbusto, che può arrivare all'altezza di due metri e mezzo, grazie al suo fusto, che da giovane è verde e flessibile, con portamento quasi prostrato, ma quando invecchia diventa legnoso e gli permette di sollevarsi da terra in maniera arbustiva.

Le foglie caduche si trovano inserite in verticilli di tre o quattro ciascuno. Sono sessili, lanceolate, ellittiche e ruvide al tatto in quanto nella lamina sono presenti dei granuli contenenti l'olio essenziale. I fiori sono piccoli, bianchi violacei, a volte totalmente viola, di forma tubulosa, riuniti in pannocchie all'apice degli steli. Il frutto è una drupa secca con due logge, contenenti i piccoli semi nerastri.

**Fioritura:** giugno-agosto

**Frutto:** drupa

**Coltivazione:** la cedrina deve essere seminata al riparo in semenzaio; quando le piantine si saranno sviluppate potranno essere trasferite in vasetti più grandi, ma prima di trapiantarla in piena terra occorre aspettare almeno due anni, in attesa che si sia formato un apparato radicale più robusto. Molto più facile è invece la riproduzione per talea. Mal sopporta i ristagni di acqua, quindi il terreno dove si coltiva deve essere ben drenato e sabbioso. Deve essere posizionata in un

luogo riparato e soleggiato. Non tollera le basse temperature invernali: sotto agli zero gradi tende a scomparire in inverno, ma proteggendo le radici con una pacciamatura, ricaccerà tanti nuovi germogli con i primi raggi tiepidi di sole primaverile.

**Droga:** foglie e sommità fiorite

**Tempo balsamico:** luglio-settembre

**Principi attivi:** olio essenziale: citrale, limonene, alcol terpenici (linalolo, terpineolo), sesquiterpeni (cariofillene); flavonoidi (salvigenina, eupafolina, ispidulina)

**Impiego terapeutico:** la pianta possiede proprietà stomachiche ed antispasmodiche; per queste sue caratteristiche trova indicazione nell'ipotonia digestiva, nell'anoressia e nel meteorismo. Risulta particolarmente attiva nelle epigastralgie caratterizzate da spasmo gastrico e palpitazioni e nel trattamento sintomatico degli stati neurodistonici degli adulti e dei bambini, in particolare nelle turbe minori del sonno.

La cedrina, oltre a favorire la funzionalità gastrica, migliora lo stato di salute della pelle: può rientrare pertanto nelle formulazioni di drenaggio per quei soggetti che presentano problemi cutanei. Può essere utilizzata internamente per curare raffreddori e stati febbrili, grazie alla proprietà antipiretica e di combattere raffreddori e asma.

L'olio essenziale di cedrina ha un effetto rilassante e antistress sulla mente, mentre contribuisce a stimolare l'appetito e attenua gli spasmi allo stomaco, i crampi, l'indigestione e la flatulenza.

L'industria profumiera utilizza l'olio essenziale: per la delicata azione lenitiva e distensiva rientra nella formulazione di svariati preparati per il corpo.

**Altri usi:** in cucina si usa per preparare infusi o liquori d'erbe, profumare marmellate e macedonie o come semplice spezia nei ripieni, per aromatizzare gelatine di carne, piatti di pesce, di pollo e altri volatili, per carni di maiale e selvaggina.

Le foglie essiccate sono utilizzate nei pot-pourri e per la confezione di sacchetti antitarmici.

Viene coltivata come pianta ornamentale o da profumo. Nei mesi estivi la pianta respinge zanzare, mosche e altri insetti.

**Controindicazioni:** la letteratura non cita effetti secondari tossici. È comunque opportuno non abusarne, in quanto l'uso eccessivo può determinare irritazione a livello gastrico.

**Avvertenze:** in alcuni individui si possono verificare reazioni di ipersensibilità al contatto.

**Curiosità:** *Lippia citriodora* deve il suo nome all'esploratore Augusto Lippi al quale Linneo la dedicò alla fine del 1700. La pianta, conosciuta anche come Limone Luisa e Yerba Louisa, fu così chiamata dopo che Maria Luisa, Principessa di Parma (1748 - 1819), divenne regina di Spagna.

Il profumo della cedrina è ancora ampiamente usato in miscele formulate anche oggi, in marche famose, come Givenchy e il suo profumo 'Very Irresistible'.