

Hedera helix L.

Famiglia: Araliaceae

Nomi comuni: edera

Forma biologica: fanerofita lianosa

Categoria corologica: submediterranea-subatlantica



Denominazioni liguri: lèllua, lèlua, lélua, lélura, lelura, lelloa, ellara, lillura, lèmia, elua, eleüa, elura, èlura, balla (rif. ai frutti)

Denominazioni della Val di Vara: lelüa, liénea

USI ETNOBOTANICI

MEDICINALI: in alta Val di Vara, il decotto delle foglie in aceto è adoperato per fare sciacqui antidontalgici. A Ziona (Carro) e Mattarana (Carrodano) l'infuso di foglie, rispettando un preciso dosaggio (ca. 5%), è somministrato oralmente in caso di dismenorrea per attenuare i dolori mestruali.

VETERINARI: nel territorio comunale di Carro, in particolare a Castello, il decotto delle foglie è usato per purgare i maiali e le mucche.

MAGICI E SUPERSTIZIONE: a Veppo (Rocchetta Vara) è ancora vivo il ricordo di una pratica magica per guarire le bruciature: il guaritore con un filo univa alcune foglie al lardo di maiale maschio, poi con una candela bruciava il tutto sopra un piatto recitando un'incognita preghiera.

COSMETICI: il decotto delle foglie è usato per risciacquare i capelli, per scurirli, per renderli più lucenti, più soffici e addirittura per accelerarne la crescita.

ORNAMENTALI: si tratta di una specie lianosa sempreverde, assai coltivata sia in vaso sia in piena terra. Le foglie si usano come materiale decorativo per le infiorate del *Corpus Domini*.

TINTORI: in passato, il decotto ottenuto dalle foglie - spesso unite a quelle della saponaria (*Saponaria officinalis* L.) - trovava impiego nelle pratiche tintorie, per colorare di scuro gli indumenti di lana o per mantenerli tali. In località Riccò del Golfo, sempre a tale fine, nella preparazione del suddetto decotto si aggiungono le “bucce” delle castagne (*Castanea sativa* Miller) e il mallo delle noci (*Juglans regia* L.).

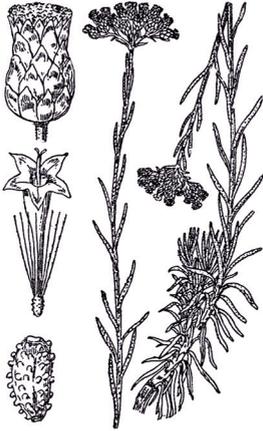
NOTE E CURIOSITÀ: in alta Val di Vara si dice che le foglie migliori sono quelle a “foglia larga”.



Particolare dei frutti



Particolare dei fiori

Helichrysum italicum* (Roth) Don*Famiglia:** Compositae**Nomi comuni:** elicriso**Forma biologica:** camefito suffruticosa**Categoria corologica:** S-europea

Denominazioni liguri: brundina, brandinn-a, canüa, erba canüa, canuda, canüo, canüu, cocheto, cogianco, costo bianco, costro bianco, costro, costu giancu, erba da puia, erba dell'Ascensione, erbu gianco, erbu giancu, fiori che fan luce, mortorin, ochetta, ochette, pedoacio, pedoàcio, pituàchi, peduaci, pedegaci, putacio, pedoazo, šatto, sciatao, sciateu, sciatto, stipa (*sic*), sempiterno, sempiterno sarvægo, uchèta

Denominazioni della Val di Vara: brigo, canüa, carrüdena, canuo, canuda, canuto, canüu, cocheto, cogianco, erba da puia, erba dell'Ascensione, erbu gianco/u, ochetta, ochettu, pedoacio, pedegaci//o, sciatao, sciatto, šatto, uchèta, erba canuda, erba canua

USI ETNOBOTANICI

MEDICINALE: la medicina popolare utilizza con frequenza questa specie. Le parti epigee trovano impiego in suffumigi nel trattamento della sintomatologia influenzale, per combattere sia il raffreddore, sia il mal di gola, nonché la sinusite. L'oleito, ottenuto dalla cottura in olio d'oliva delle sommità fiorite, si adopera topicamente in frizioni antidolorifiche. Ai bambini affetti da verminosi - in particolare dagli ossiuri (*Henterobius vermicularis*) - si somministra oralmente il succo ricavato dalla spremitura dei giovani rametti. A Varese Ligure il decotto di "fiori" è bevuto in caso di costipazione e per curare i disturbi epatici. Nel territorio comunale di Carro si prepara una caratteristica crema usando come eccipiente la sugna (*asciunza*) e aggiungendo alle sommità fiorite le foglie della cosiddetta "erba della paura" (*Stachys recta* L.); il preparato medicamentoso è spalmato sulla fronte per sedare l'ansia e l'agitazione.

MAGICI E SUPERSTIZIONE: a Cembrano (Maissana), alcuni rametti sono tenuti in casa per allontanare il malocchio, e ancora, è credenza popolare che se raccolta il giorno dell'Ascensione possa tenere lontano dall'abitazione le fastidiose formiche.

DOMESTICI: alla stregua della lavanda (*Lavandula angustifolia* Miller) le infiorescenze, dal tipico odore di caramello bruciato, si raccolgono per confezionare sacchetti di stoffa per profumare la biancheria e gli ambienti domestici. In passato, per profumare e disinfettare le stanze degli ammalati si bruciavano rami di elicriso, spesso assieme a quelli della *canfora sarvaega* (*Artemisia alba* Turra). Infine, i fumi sprigionati bruciando l'elicriso erano usati per sterilizzare le fasce (*drapèi*) dei neonati.

ORNAMENTALI: con le profumate infiorescenze a capolino di colore giallo-dorate si realizzano bouquet di fiori freschi o secchi.

NOTE E CURIOSITÀ: gli anziani raccontano che ai tempi delle epidemie di colera e di spagnola, per evitare il contagio, gli stranieri che arrivavano nei paesi venivano sottoposti all'azione antisettica dei fumi sprigionati bruciando grosse quantità di questa pianta.



Pianta in piena fioritura



Pianta in fase vegetativa