

# Herboplanet®

## LICRIVEN

**NOTE SU ALCUNE PIANTE:** La **CENTELLA** (*Hydrocotyle asiatica*) volgarmente detta anche "tigra del prato" in quanto gli animali vi si rotolano sopra per curarsi le ferite, è una pianta officinale appartenente alla famiglia delle Umbellifere, è originaria del continente asiatico (fascia pantropicale), ma cresce anche in Australia ed in Africa e oggi è diffusa soprattutto in India. Cresce spontanea in luoghi umidi e ombrosi, lungo i corsi d'acqua o in luoghi paludosi. La pianta contiene derivati triterpenici pentaciclici chiamati genericamente centelloidi (*asiaticoside*, *madecassoside* e *centelloside*). La Centella **contribuisce alla funzionalità del microcircolo (pesantezza delle gambe) e a contrastare gli inestetismi della cellulite**. Da non dimenticare il suo contributo alla **memoria e funzioni cognitive**. L'**AMAMELIDE** (*Hamamelis virginiana*) è una pianta della famiglia delle Hamamelidaceae, originaria delle regioni orientali degli Stati Uniti e del Canada, ma largamente coltivata anche in Europa. Tempo addietro, e forse anche oggi, era uno strumento di lavoro degli sciamani in quanto gli attribuivano ottimi poteri magici. Le foglie e la corteccia dell'Amamelide **contribuiscono alla funzionalità della circolazione venosa (funzionalità del plesso emorroidario)**. **Antiossidante**. Il **PUNGITOPPO** (*Ruscus aculeatus*) appartiene alla famiglia delle Ruscaceae è un arbusto sempreverde che produce, in inverno, tipiche bacche rosse le quali vengono impiegate anche come ornamento natalizio. Il pungitopo viene coltivato come pianta ornamentale, ma i germogli, dal gusto amarognolo, raccolti da marzo a maggio vengono utilizzati in cucina come se fossero asparagi, lessati per insalate, minestre e frittate. Le sue origini sono Europee e lo si incontra nei boschi (leccete), in particolar modo su terreni calcarei. Nei tempi passati la pianta, essendo provvista di estremità appuntite, veniva posta attorno alle scorte alimentari per difenderle dai topi, da qui il nome "Pungitopo". La radice del Pungitopo **contribuisce alla funzionalità del microcircolo (pesantezza delle gambe) e alla funzionalità della circolazione venosa (funzionalità del plesso emorroidario)**. Il **MIRTILLO** (*Vaccinium myrtillus*) è un arbusto da frutto appartenente alla famiglia delle *Ericaceae* e al genere dei *Vaccinium* e viene catalogato tra i frutti di bosco. In Italia lo si può incontrare nelle zone submontane e montane dal Nord Italia fino agli Appennini dell'Abruzzo, predilige brughiere e boschi. Nella penisola scandinava era celebrato un rito, usando rami di mirtillo, associato alla stella del solstizio. Il nome *Vaccinium* potrebbe derivare dal greco arcaico "vakintos" che significava giacinto a fiore blu. Il nome latino "myrtillus" è il diminutivo di "myrtus", che significa mirto, datogli per l'assomiglianza che ha con la pianta del mirto. Il mirtillo contiene lo 0,5% di antocianosidi, Vitamina B<sub>1</sub> e C, Provitamina A, il 7% di tannini, acidi organici tra cui quelli idrossicinnamici e l'acido salicilico, vari glicosidi flavonolici e flavan-3-oli, iridoidi, terpeni e pectine. Il Mirtillo **contribuisce alla funzionalità del microcircolo (pesantezza delle gambe)**. **Buon antiossidante**. Dalle piante sopra descritte si possono ottenere delle **TSA (Tinture Spagyrico-Alchemiche)** con rapporto d'estrazione 1 a 5 (**R.E. 1/5**) se si seguono le indicazioni date da **Solaninus** nel suo libro "**ALCHIMIA e SPAGYRIA: admirabiles et inseparabiles Artes!**", dove vengono descritte molto bene alcune nozioni pratiche di Spagyria o Spagyrya ed Alchimia.

## BIBLIOGRAFIA:

- Fernando Piterà - "Compendio di GEMMOTERAPIA CLINICA" - De Ferrari Editor
- Ernesto Riva - "L'universo delle PIANTE MEDICINALI trattato storico, botanico e farmacologico di 400 piante di tutto il mondo" - Ghedina & Tassotti editori s.r.l. - Bassano del Grappa (VI), Maggio 1995.
- Tina Cecchini - *Enciclopedia delle erbe medicinali, .....* - DE VECCHI EDITORE

- Padre Gianfranco Lazzari - *L'Erbario del Frate* - EDIZIONI S. MARCO LITOTIPO
- Alberto Fidi - *Erbe e Piante medicinali* - FRATELLI MELITA EDITORI
- AA.VV. - *Enciclopedia chimica* – USES ed., Firenze
- Benigni R., Capra C., Cattorini P.E. – *Piante medicinali: chimica, farmacologia e terapia* – Inverni della beffa ed, Milano.
- Duraffourd C., D'Ervicourt L., Lapraz J.C. – *Cahiers de Phytothérapie clinique* – Masson ed., Paris 1983
- Maugini E. – *Botanica farmaceutica* – CLUSF ed., Firenze 1976
- Pomini L. – *Erboristeria italiana* – Vitalità ed
- Valnet J., Duraffourd C., Lapraz J.C. – *Phytothérapie et aromatherapie* – Presse de la Renaissance, Paris 1978
- Massari E. – *Erbe in Cina* – Milano 1981
- Penso G. – *Piante medicinali nella terapia medica* – Org. Med. Farm. Ed., Milano
- Enrica Campanili – *Dizionario di fitoterapia e piante medicinali* – Tecniche Nuove - MI
- Max Tètau - "*Gemmoterapia nuovi studi clinici*" - NUOVA IPSA Editore srl - Palermo, 1989
- Larousse - "*Encyclopédie des PLANTES MÉDICINALES identification, préparations, soins*" - Larousse-Bordas – 1997
- Tom Wilsons - "*Guarire con le erbe, i consigli, le malattie, le ricette, le dosi nella più ricca raccolta di erboristeria*" - Fratelli Melita Editori
- Dr. G. Fort - "*Guide de traitement par les plantes médicinales et phytocosmétologie, soins de beauté*" - Editions Heures de France - Paris, 1976

**Avvertenze:** Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni. Non superare la dose giornaliera consigliata. Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano. L'uso del prodotto è sconsigliato in caso di allergia presunta o accertata verso uno dei suoi componenti. La data di scadenza si riferisce al prodotto in confezione integra e correttamente conservato.

Le informazioni contenute all'interno di questo file non possono e non intendono porsi in alternativa alla diagnosi e/o alla terapia che sono e rimangono di stretta competenza medica. Il fine della presente applicazione è, infatti, quello di fornire una fonte di consultazione di alcuni integratori alimentari regolarmente notificati presso il Ministero della Salute, senza volontà alcuna di sostituirsi al medico che rimane il referente fondamentale a cui rivolgersi per affrontare i problemi riguardanti la salute personale.