

Echinacea angustifolia e purpurea

> Erba Off.



Classificazione scientifica

Regno: Plantae
Divisione: Magnoliophyta
Classe: Magnoliopsida
Ordine: Asterales
Famiglia: Asteraceae
Genere: Echinacea Moench, 1794
Specie: Echinacea angustifolia
Provenienza: Nord America

Utilizzo e proprietà curative

È una delle erbe terapeutiche più famose al mondo per essere impiegata per trattare comuni forme di influenza, raffreddori, virus, infezioni etc.

L'echinacea è utile per rafforzare le difese immunitarie, gode di proprietà immunostimolanti e batteriostatiche e svolge un'azione antinfiammatoria e cicatrizzante. L'echinacea negli ultimi tempi ha assunto un ruolo importante per quello che riguarda le soluzioni ai malanni invernali e al miglioramento generale delle difese immunitarie. Questo suo "successo" è dovuto anche ai numerosi studi scientifici che ne hanno confermato la sua efficacia. Le proprietà dell'echinacea sono date dai suoi numerosi principi attivi: alcalamidi, cetoaleni, acido cicorico, polisaccaridi, flavonoidi e olio essenziale.

Pianta Perenne. Si utilizzano le parti aeree fresche (Echinacea Purpurea) e le radici (Echinacea Angustifolia). Notevoli le proprietà antibatteriche. Usata come soluzione esterna aiuta a purificare la pelle e ad accelerare la cicatrizzazione.

Molti credono che l'effetto dell'Echinacea purpurea sia inferiore a quello dell'Echinacea Angustifolia e quindi meno efficace. L'Echinacea Angustifolia è sicuramente più rara e molti la trovano più difficoltosa nel coltivarla. È questione di interpretazione, molti erboristi si schiereranno su entrambi i lati della discussione evidenziando che sia un loro lavoro. La ricerca porta a credere che può essere necessario utilizzare Echinacea purpurea in dosi più elevate di quanto avremmo dovuto utilizzando l'Echinacea Angustifolia.

Proprietà medicinali

Azione immunostimolante, antiinfiammatoria, cicatrizzante, antinfettiva, antibatterica, antivirale, cura delle pelle

USO INTERNO: prevenzione e trattamento delle malattie da raffreddamento: raffreddore, influenza, infiammazioni delle vie aeree

USO ESTERNO: ulcere, ferite infette, ustioni, afte e dermatiti, punture

Decotto uso interno impacchi e lozioni

Far bollire per qualche minuto un cucchiaio rado di radici sminuzzate in una tazza d'acqua. Spegnerne e lasciare in infusione per 10 minuti. Filtrare ed usare per uso esterno.

Tintura madre

preparazione idroalcolica ottenuta per macerazione a freddo, in solvente idroalcolico di opportuna gradazione, della pianta fresca, poiché secca, perde buona parte delle sue proprietà.

Si prepara con rapporto in peso di 1 parte su 10 parti di solvente con gradazione alcolica di 55% vol. Usi prolungati (2/3 mesi) vengono generalmente sconsigliati.

Il modo migliore per creare una tintura di echinacea è quello di iniziare la stagione con le foglie, aggiungere il fiore in estate, e rabboccare la preparazione in autunno con la radice.

Controindicazioni ed effetti collaterali:

Prestare attenzione all'utilizzo di Echinacea se si è allergici alle piante della famiglia delle asteracee.

L'assunzione di estratto secco di Angustifolia non dovrebbe superare i 4 grammi al giorno, mentre per l'estratto di Purpurea si può arrivare a 5 grammi a giorno.

È bene comunque attenersi sempre alle modalità d'uso indicate dal medico.

Descrizione Botanica e profilo pianta

L'echinacea è una pianta erbacea perenne appartenente alla famiglia delle asteracee e originaria del nord America. Presenta un sottile stelo florale che può raggiungere il metro di altezza. All'apice presenta un fiore color porpora. A scopo terapeutico si utilizzano le radici e le parti aeree delle specie Echinacea Angustifolia ed Echinacea Purpurea. La prima preparazione a base di echinacea fu messa sul mercato americano intorno la fine dell '800. Successivamente importata in Europa, l'echinacea fu oggetto di numerosi studi sin dagli anni 30.

Habitat

Le Echinacee sono originarie del Nord America, presentano un areale molto esteso che va dalle zone costiere del Golfo del Messico alle Grandi Pianure (Great Plains), fino al Lago Grande a Nord, alle montagne Rocciose ad Ovest ed alla catena degli Appalachi ad Est, interessando numerosi stati. Le Echinacee mostrano una notevole adattabilità alle diverse condizioni ambientali; crescono spontaneamente sia nelle zone di pianura che ad alta quota (fino ad oltre 1500 m di altitudine), privilegiando aree aperte e soleggiate, senza esigenze particolari di terreno anche se prediligono suoli moderatamente fertili, ben drenati e tendenti al sabbioso, come quelli delle grandi praterie nordamericane.

