

LA SANTOLINA! a cura di Potestà Aurora, Tuleu Ana, De Santis Giorgia, Licopoli Isabella, Pinzi Ilaria.

Il nome deriva dal latino sanctus = santo e linum = lino, probabilmente riferito alle proprietà terapeutiche della pianta.

- Pianta aromatica

Famiglia: Asteraceae - Compositae

Specie: Santolina chamaecyparissus L.

Nomi comuni: santolina, crespolina.

STORIA

L'Ottocento vide il proseguimento degli studi sull'anatomia e la composizione chimica delle piante, con scoperte di fondamentale importanza, ma vide anche proseguire l'inarrestabile declino della medicina cosiddetta popolare, disprezzata in nome della nuova scienza.

Mai come in questo secolo e in quello che lo seguirà si è assistito a una scissione tra medicina ufficiale e medicina popolare, seguita ancora solamente nelle campagne, in zone periferiche, nelle quali la tradizione agropastorale era ancora forte.

Durante la seconda guerra mondiale in molti paesi la disponibilità di farmaci era limitata a causa dei problemi di approvvigionamento. In queste particolari circostanze ci fu un massiccio ritorno ai preparati vegetali "recuperati" dalla tradizione contadina.

Dopo la fine della guerra le società farmaceutiche internazionali diedero un grosso impulso alla ricerca di nuovi farmaci, limitando nuovamente il raggio d'azione dell'erboristeria.

Ancora oggi il dominio della chimica in medicina è completo ma sempre più persone si rivolgono alle erbe e alla sapienza antica per cercare una forma di cura più naturale e più vicina al corpo umano e alle sue esigenze.

Ai nostri giorni possiamo avvicinarsi al mondo delle piante medicinali con una rinnovata coscienza e una conoscenza completa delle sostanze che contengono ed essere quindi sicuri degli effetti terapeutici, senza rinunciare a quell'alone di magia che ancora circonda il mondo delle erbe.

GENERALITA'

*La Santolina è una pianta arbustiva originaria probabilmente dell'area mediterranea, dal portamento eretto, molto aromatica. In Italia è presente, coltivata a scopo ornamentale e alcune volte inselvatica, in quasi tutto il territorio. Cresce nei luoghi aridi e sassosi, dal piano ai 1000 metri. Costituisce densi arbusti tondeggianti, costituiti da sottili fusti legnosi ricoperti da foglie molto divise, composte da piccoli lobi lineari, di colore grigio-verde, dall'aspetto lanoso, intensamente profumati. In estate produce piccoli fiorellini gialli, arrotondati, riuniti in infiorescenze apicali. Ideale come pianta da bordura, per il fogliame molto decorativo, viene utilizzata anche nelle airole di piante aromatiche. Generalmente si tende a cimare i fusti fiorali, per mantenere l'aspetto dell'arbusto più compatto. Esistono una decina di specie di santoline, in genere le più coltivate sono *S. chamaecyparissus* e *S. rosmarinifolia**

CARATTERI BOTANICI

FUSTO:



I fusti, che presentano una sezione arrotondata, divengono legnosi verso la base nel secondo anno di coltivazione, mentre sono grigiastri o verdi e ricoperti da

peluria nel primo anno. Poiché i gambi delle santoline possono avere un portamento eretto o essere striscianti, queste piante sono adattabili a diverse situazioni ambientali. La santolina è coltivabile anche in vaso.

FOGLIE:



Le foglie delle santoline sono persistenti e, possono essere grigio verdi, verdi o grigio argento, risultano pungenti al tatto, sono sempre profumate, ma non sempre gradevolmente. Di forma sono finemente settate, ma possono essere anche filiformi. S. virens è particolarmente robusta e vive anche in terreni umidi e in posizione non riparata.

FIORI:



I fiori delle santoline si presentano come capolini solitari di un giallo intenso. Essi appaiono dalla piena estate fino alla fine della bella stagione e si prestano a venire essiccati.

Il terreno ideale per la crescita di queste piante è quello che possiede un buon drenaggio, dunque ottimo il terreno sabbioso. Queste piante grazie alle loro forti radici sono ideali per consolidare le scarpate.

ESPOSIZIONE:

L'aromatica santolina cresce preferibilmente data un'esposizione soleggiata

Di solito viene riprodotta per divisione dei cespi o per talea erbacea fatta radicare in terriccio sabbioso; in genere è sterile. Quando le nuove piantine sono abbastanza sviluppate, vengono trapiantate in vasi singoli o in piena terra, in posizione ben soleggiata e in substrato ben drenato. Essa è molto adatta per realizzare piccole siepi in luoghi aridi.

RIPRODUZIONE:

Il più semplice metodo di riproduzione consiste nello staccare delle talee (rametti) di punta in primavera o per divisione dei cespi.

CRESCITA:

Queste suffruticose (pianta perenne, legnosa con rami erbacei fino alla base, alta al massimo mezzo metro) sono molto rustiche (semplici) e non presentano alcuna particolare difficoltà di coltivazione; il terreno deve essere ben drenato. Nel caso in cui la temperatura scenda sotto i - 15 occorre proteggere i cespi con strati di paglia, foglie di felci o rami di conifere

ANNAFFIATURA:

nei mesi estivi possono necessitare di rare annaffiature, ogni 10-15 giorni, per il resto dell'anno in genere si accontentano delle piogge; se in inverno vengono riparate è bene ricordarsi di bagnare le piante, almeno una volta al mese. Si consiglia di annaffiare dal basso, evitando di bagnare le foglie, che potrebbero venire rovinate da un contatto con l'acqua troppo prolungato, per lo stesso motivo è bene evitare di far ricadere troppo i rami verso il terreno.

Moltiplicazione:

alla fine dell'inverno è possibile seminare le santoline, in semenzaio mantenuto in luogo temperato, altrimenti è possibile seminarle all'aperto in aprile-maggio. In

estate inoltrata è possibile praticare talee. La santolina, si moltiplica tramite divisione dei cespi .

Raccolta e conservazione

Tagliare i rametti a inizio estate quando sono in piena fioritura e farli essiccare in luogo ombroso e ventilato. Conservare al riparo dalla luce e dall'umidità

Coltivazione:

E' molto rustica: sopporta le alte temperature allo stesso modo in cui sopporta le basse, anche se alle latitudini in cui la temperatura scende sotto ai -15°C è consigliabile proteggerla pacciando il piede e il cespo con uno strato abbondante di paglia. L'unico fastidio che si potrebbe manifestare nelle zone in cui nevicano abbondantemente è che, essendo una suffruticosa, i rami possono spezzarsi sotto il peso della coltre di neve. Sopporta bene anche la salsedine e le sue radici sono utilissime come contenimento alle scarpate.

Se il gelo dovesse bruciare qualche ramo, basterà attendere la primavera per veder spuntare dal colletto qualche nuovo germoglio.

Potatura: essendo una perenne suffruticosa, con l'accrescimento tende ad aprirsi mettendo in evidenza i rami basali parzialmente lignificati e a perdere compattezza. E' consigliabile, dopo la fioritura, potare il cespuglio per stimolare la produzione di getti basali e conferirle nuovamente rotondità e pienezza.

SUBSTRATO: Il [substrato](#) è costituito da [terriccio](#) leggero molto ben drenato.

PROPAGAZIONE: Si effettua mediante [talee](#) semi-legnose, da porzioni di [rami](#) recisi lasciando alla base un pezzo del ramo vecchio, fatte radicare in [cassone](#) freddo, su [terreno](#) sabbioso.

Uso in cucina e proprietà terapeutiche

La santolina possiede proprietà digestive, antispasmodiche (allevia o elimina improvvise contrazioni muscolari), tonico-stimolanti, antisettiche (infuso o decotto). Per uso esterno come antipruriginoso in caso di punture di insetti.

IN CASA:

Da secoli in tutta l'area mediterranea le santoline sono state impiegate per profumare l'aria. Esse svolgono anche una funzione insetticida.

Curiosità:

Anticamente veniva utilizzata per profumare gli armadi e tenere lontane le tarme, e come repellente per gli insetti. Le sue foglie e i suoi rametti, una volta essiccati, si possono conservare per molti mesi in un contenitore di vetro.

Ci sono piante molto conosciute per la bellezza straordinaria dei loro fiori ed altre, più modeste, di cui la gente ignora perfino il nome. Eppure spesso, grazie alla loro presenza, aiuole e bordure acquistano pregio e un gradevole effetto di insieme.

Varietà di Santolina

Tra le tante specie di santoline e tra le più coltivate ricordiamo:

- la Santolina chamaecyparissus, una pianta alta circa 35 cm ideale per abbellire i giardini rocciosi che si presta anche per la coltivazione in vaso;*
- la Santolina rosmarinifolia, una pianta sempreverde che in estate assume una colorazione biancastra e i cui esemplari adulti possono raggiungere anche i 5 metri di altezza dando origine a bellissimi arbusti tondeggianti.*

MEDICINA

Nella medicina popolare i fiori e le foglie venivano impiegati per le proprietà vermifughe e stomachiche dovute alla "santonina" (principio attivo un tempo molto usato nella cura dell'ascaridiosi, in quanto aumenta la motilità dei parassiti che migrano nell'intestino crasso e possono essere allontanati con un purgante salino) oggi la santonina è quasi del tutto abbandonata, come antielmintico, a causa dei disturbi collaterali che può provocare anche a basse dosi: disturbi visivi, vomito, dolori addominali, eccetera