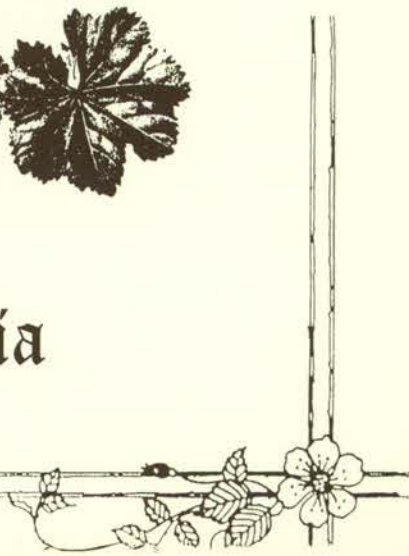


Malba Rotundifolia



- 1 S S. Ugo _____
- 2 D S. FRANCESC DI P. _____
- 3 L S. Ricart _____
- 4 M S. Doro _____
- 5 M S. Irene _____
- 6 J S. Celestin _____
- 7 V S. Ursulina _____
- 8 S S. Berto D _____
- 9 D LI' PALMIS _____
- 10 L S. Ferenzi _____
- 11 M B. Franco _____
- 12 M S. Juli _____
- 13 J S. Marzio _____
- 14 V S. Licia (Vinars Sant) _____
- 15 S S. Nastasia (Sabida Santa) ☺ _____
- 16 D PASCA DAL SIGNOR _____
- 17 L LUNIS DAL AGNUL _____
- 18 M S. Galdin _____
- 19 M S. Ema _____
- 20 J S. Sara _____
- 21 V S. Anselmo _____
- 22 S S. Italo E _____
- 23 D PASCA BLANCIA _____
- 24 L S. Fedèl _____
- 25 M S. MARC _____
- 26 M S. Cleto _____
- 27 J S. Zita _____
- 28 V S. Vidâl _____
- 29 S S. Catarina ☺ _____
- 30 D S. PIO V _____



Centro conservazione e valorizzazione
tradizioni popolari BORG SAN ROCCO



la Banca di casa tua

CASSA RURALE ED ARTIGIANA DI LUCINICO FARRA E CAPRIVA

MALVA

Famiglia delle Malvacee

La malva è una pianta comunissima. Si trova in tutti i luoghi erbosi. È anche facile a riconoscere per le sue foglie peltate e l'abbondanza dei suoi fiori rosa.

Medicinale per molti usi e anche usata quale erbaggio bollito e condito con il duplice vantaggio di assumere una medicina lassativa blanda ed efficace in tutti i casi di stitichezza particolarmente difficile.

Di varietà di malva ne conosciamo almeno tre: tra le selvatiche la *Malva silvestris*, che vive generalmente nei piani; poi la *Malva rotundifolia*, o «malva domestica», che sale anche a quote montane; e infine la *Malva parviflora*, o «malvina», che preferisce le coste marine.

La malva è una pianta annua, talvolta biennale, con la radice fusiforme e carnosa. Il fusto è talvolta alla base un po' legnoso. Le foglie sono sparse, rotonde, più o meno reniformi, con lobi diversamente crenati, secondo la varietà. La malva è comune in tutta la nostra penisola. Il suo habitat è molto esteso, dall'Europa centrale alla penisola balcanica, particolare in tutta l'area mediterranea, per non parlare dell'Asia occidentale e dell'Africa settentrionale. La sua fioritura va dal marzo all'ottobre.

La malva veniva considerata un ottimo depurativo viscerale e diuretico. Le foglie masticate si usavano contro i pizzichi degli insetti, soprattutto api e vespe, e se ne faceva un preparato con olio usato proprio dagli apicoltori che allontanava da loro gli insetti pungiglioni in modo da prevenirne le punture. Se ne faceva anche un impiastro con urina umana contro la forfora e le ulcere del cuoio capelluto, causate da tigna (micosi).

Se ne preparava anche una specie di impiastro: foglie e fronde di malva pestate e impastate con olio di oliva contro il «fuoco sacro» (fuoco di Sant'Antonio).

Impiastri di pianta decotta sulle parti intime femminili toglievano le irritazioni, risanavano gli eventuali traumi da parto, mentre con il decotto se ne facevano dei clisteri emollienti. Si usava l'acqua dove era bollita la malva anche quale emetico, la cui azione veniva moltiplicata con albume di uovo sbattutovi dentro, questo quando erano state ingerite delle sostanze velenose.

Il decotto di malva con miele rientrava tra le prescrizioni alle puerpere quale galattogeno. Veniva preparato anche un vino di malva, un infuso di semi, che era indicato nelle cistiti e in tutti i casi di dolori pelvici, sia maschili che femminili.

Troviamo inoltre l'indicazione di un decotto delle radici quale collutorio, soprattutto nelle laringotracheiti, insieme a quello delle foglie, cotte molto a lungo, per mitigare ogni forma catarrale. Veniva inoltre consigliato dal semplicista Francesco Calzolari, veronese, lo stesso decotto anche quale aiuto alle partorienti, facendo presente che questa preparazione doveva prendere la consistenza di una vera e propria mucillagine.

I principi attivi della malva risultano diffatti proprio da questa mucillagine. Il suo etimo proverrebbe dal greco «malakein», che vuol dire proprio ammorbidire, e sappiamo bene che ogni mucillagine ha, quale prima azione, quella di idratare e ammorbidire l'ambiente. La mucillagine, coprendo le mucose, ne calma lo stato infiammatorio, proteggendole da ogni influsso irritante. Oltre alla mucillagine c'è del tannino e un olio etero.

Vi si è scoperta anche una discreta percentuale di vitamina A (Callegari e Montolivo) e tracce di vitamina B₁ e C. Nei fiori, oltre alla mucillagine, c'è un glucoside colorato, la malvina, che si dissocia per idrolisi in glucosio e malvina, che è un derivato antocianico.

La malva risulta soprattutto un emolliente usato per via interna in ogni tipo di forme bronchiali, mentre in forma di decotto cataplasma usato esternamente risulta utile nelle infiammazioni della pelle e delle mucose.