



Salvia Officinalis

Otòbar

1995

- 1 D S. TERESIA ☺ _____
- 2 L SS. Agni custodis _____
- 3 M S. Edmont _____
- 4 M S. Francesc di Assisi _____
- 5 J S. Placid _____
- 6 V S. Bruno _____
- 7 S Madona dal Rosari _____
- 8 D S. DEMETRI ☺ _____
- 9 L S. Dionis _____
- 10 M S. Daniel _____
- 11 M S. Firmin _____
- 12 J S. Serafin _____
- 13 V S. Eduart _____
- 14 S S. Calist _____
- 15 D S. SESA ☺ _____
- 16 L S. Lazar _____
- 17 M S. Mariàn _____
- 18 M S. Luca Vanzelist _____
- 19 J S. Laura _____
- 20 V S. Irene _____
- 21 S S. Ursula _____
- 22 D S. DONÂT _____
- 23 L S. Manlio _____
- 24 M S. Enzo ☺ _____
- 25 M S. Miniât _____
- 26 J S. Varisto _____
- 27 V S. Ferucio _____
- 28 S SS. Simon e Tadeo _____
- 29 D S. ONORÂT _____
- 30 L S. Lucan ☺ _____
- 31 M S. Quintin _____



Centro conservazione e valorizzazione
tradizioni popolari BORG SAN ROCCO



la Banca di casa tua

CASSA RURALE ED ARTIGIANA DI LUCINICO FARRA E CAPRIVA

SALVIA

Pianta perenne

NOME LATINO: *Salvia officinalis*.

FAMIGLIA: Labiate.

HABITAT: preferisce i terreni calcarei in posizioni soleggiate. Ampiamente coltivata, è rara allo stato spontaneo. Tema il freddo.

CARATTERISTICHE GENERALI: il genere comprende circa 500 specie, di cui molte tipiche dei climi caldi, come Messico e Brasile, altre originarie delle regioni temperate.

ALTEZZA: da 30 a 80 cm.

FIORI: colore blu violaceo, numerosi.

FOGLIE: oblungo-lanceolate, di colore verde cinereo, rugose.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE: ha proprietà stimolanti, toniche, riequilibranti del sistema nervoso. È diuretica, antiemorragica e ha un'azione armonizzante sull'apparato genitale femminile.

PARTE UTILIZZATA: foglie e sommità fiorite.

USO INTERNO: infuso di foglie e fiori, decotto di foglie e fiori.

USO ESTERNO: tintura per frizioni antidolorifiche e stimolanti della circolazione.

NOMI POPOLARI: Salvia; (fr.) Saugé; (ingl.) Sage; (ted.) Salbei.

SEGNATURA PLANETARIA: Giove.

La Scuola salernitana denominava la *Salvia officinalis* quale *Salvia salvatrix* in quanto tale pianta era ritenuta medicamento di indiscusse virtù.

Il nome salvia viene attribuito a questa pianta, come ci conferma Plinio, dall'aggettivo «salvus», proprio per le sue qualità terapeutiche.

La pianta che i greci chiamavano *Elelisphacos* fu una tra quelle di cui Carlo Magno consigliò la coltivazione contribuendo così a diffonderne la coltura nell'Europa centrale e meridionale.

Prima di riprendere le lodi della salvia, sarà opportuno conoscerla più da vicino. Appartiene alla famiglia delle Labiate. La «*Salvia officinalis*», quella più usata per il suo profumo intenso e per la maggiore facilità di coltivarla, è l'unica ad avere fusti legnosi che formano nel loro insieme un cespuglio con altezza massima di circa un metro. Le sue foglie sono lanceolate e oblunghe, leggermente vellutate, di colore grigio verde sulla pagina superiore, più verdastro, addirittura con dei toni di un verde erba, nella pagina inferiore. I suoi fiori apicali sono riuniti in radi grappoli di tre, quattro. Questi fiori sono di colore azzurro violaceo e raggiungono la lunghezza massima di un paio di centimetri. Sono lievemente profumati in modo delicato e soave, con tono aromatico, persistente: lo stesso odore di tutta la pianta. La fioritura della salvia va da maggio a giugno. La salvia cresce un po' dappertutto con un areale vastissimo, in quasi tutta la zona temperata, prediligendo terreni asciutti e sassosi, preferendo quelli calcarei. È coltivata un po' ovunque e cresce anche spontanea dal livello del mare (soprattutto nello stesso bacino del Mediterraneo) sino alle zone submontane. Ogni luogo le va bene, salvo, bisogna ricordare, che richiede una posizione abbastanza soleggiata.

Secondo le antiche esperienze (Tanara, *op. cit.*) viene messa in evidenza l'importanza di piantare la salvia accanto alla ruta perché gli antichi credevano che i serpenti non sarebbero saliti tra le fronde delle piante di salvia trovando disgustoso l'odore della ruta vicina, quindi, con questa precauzione, eravamo sicuri di tenere lontani certi ospiti indesiderati dalle nostre pianticelle odorose. Si consigliava anche di porre accanto alle piante di salvia le arnie delle api che in tal caso avrebbero prodotto un miele particolarmente delicato utilizzando il nettare dei profumatissimi fiori di questa pianta. In quanto alla coltivazione veniva fatta presente la pratica di moltiplicare le pianticelle della salvia semplicemente piantandone dei ramoscelli legnosi, nella stagione vegetativa, cioè in primavera o dopo il caldo solleone, vale a dire ai primi dell'autunno, semplicemente in terra sciolta: pratica questa che si usa ancor oggi per moltiplicare questo tipo di vegetale. Importante era considerato il metodo di sfoltire i cespugli almeno una volta ogni due anni, di concimarli con cenere, e soprattutto di potarne le piante togliendo i fiori subito alla fine della primavera e infine provvedere ad una «tosatura» autunnale qualora la pianta fosse cresciuta troppo.

Sin dai tempi più antichi la salvia era considerata un presidio farmaceutico senza uguali. Nel *Regimen Sanitatis Salernitanum* (il testo di medicina della prima università della nostra penisola, che nacque proprio in quel di Salerno, da cui derivò il titolo di Scuola salernitana), sin dal decimo secolo troviamo precise indicazioni per l'uso della salvia perché risultava un efficace rimedio tonico nervino, digestivo, antidoto contro i veleni, febbrifugo, antiparalisi ecc., presidio talmente efficace da collezionare un insieme di tante e poi tante diverse prescrizioni da essere indicata come «*salvia salvatrix naturae consolatrix*» (salvia salvatrice, consolazione della natura) e la dotta sentenza latina proseguiva: «*Quia confortat nervos, manumque tremorem tollit et eius ope febris acuta fugit*» (perché conforta i nervi, toglie il tremore dalle mani e per il suo lavoro fugge la febbre alta), tanto da condurre all'interrogativo: «*Cur moriatur homo cui salvia crescit in horto?*!» (perché è destinato a morire l'uomo al quale cresce una pianta di salvia nel giardino?).

Perché, risponde il saggio, non c'è medicamento contro la forza della morte! «*Contra vim mortis non est medicamenta in hortis!*». È interessante, come viene sottolineato, che proprio anche tra i «medicamenta» più efficaci, cioè quelli ricavati dalle erbe, per la morte non esisteva proprio nessun rimedio.

Nella medicina del passato vi era così un enorme uso e abuso della salvia per curare le più svariate malattie tanto che divenne di comune uso il verbo «salviare» quando si voleva prescrivere, quale medicamento, la salvia.

La scienza moderna ci ha oggi rivelato come nelle foglie oblunghe, negli snelli fusti, nei fiori violacei di questa conosciutissima pianta alberga una vera farmacopea.

Carlo Zirnich, botanico (Pirano 1885 - Gorizia 1978) Goriziano di adozione. Attento e diligentissimo raccoglitore, creò un vasto e dettagliato erbario, oggi conservato al Museo di Storia Naturale di Trieste. (Tratto da «*Dizionario biografico friulano*» - Ud. 1992); «*Atti del Museo civico di storia naturale di Trieste* - vol. XXXVIII (1986); di Renato Mezzena «*L'erbario di Carlo Zirnich*».