



## TARASSACO

*Pianta erbacea perenne*

NOME LATINO: *Taraxacum officinale*.

FAMIGLIA: Composite.

HABITAT: cresce indifferentemente su terreni umidi o aridi fino ai 2800 m.

CARATTERISTICHE GENERALI: originario dell'Europa e dell'Asia settentrionale, si è facilmente diffuso in tutto il mondo.

ALTEZZA: fino a 50 cm.

FIORI: infiorescenze a capolino giallo dorato.

FOGLIE: da ovale a lanceolata con margine seghettato: richiama i lunghi denti dei leoni, il che spiega il suo nome popolare.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE: ha proprietà depurative del fegato e del sangue, diuretiche.

PARTE UTILIZZATA: tutta la pianta.

USO INTERNO: infuso o decotto. Con le radici si prepara un gustoso caffè. Succo fresco. Pianta fresca consumata in insalata.

USO ESTERNO: cataplasmi su ulcere e malattie della pelle.

NOMI POPOLARI: Dente di Leone, Soffione, Piscialetto; (fr.) Pissenlit; (ingl.) Taraxacum, Dandelion; (ted.) Löwenzahne, Pustelblume.

SEGNATURA PLANETARIA: Giove.

«Pisciacane», «piscialetto» e poi «soffione», per quei suoi fiori gialli che si trasformano in «pappi» vaporosi, con i semi disposti ciascuno con il proprio ombrellino per una efficace diffusione anemofila, «pappi» trasparenti come nuvole. Già i nomi popolari della pianta lo fanno considerare buon diuretico. Si tratta di un'erba perenne fornita di una grossa radice con foglie che partono dal basso, foglie radicali, come suol dirsi, di forma irregolare. I fiori sono capolini isolati, numerosi, dal colore giallo. Il suo habitat è diffusissimo dalla costa al submontano. La sua fioritura è continua nel clima temperato.

In antico veniva usato in medicina e in magia. Leggo di decotti dei fiori usati contro il «malocchio», ma soprattutto per i riti di divinazione che venivano eseguiti con i «pappi» maturi. Secondo quanti ne sperdeva il vento, secondo la direzione in cui venivano lanciati i semi, tutto questo prendeva corpo in uno speciale rituale per divinare presente e futuro. I semi lanciati dal vento verso una donna sterile, che desiderasse dei figli, creavano il presupposto che costei potesse divenire prestissimo madre. Il tutto naturalmente era seguito da un particolare rito con parole appropriate.

In medicina il tarassaco era considerato un depurativo del sangue, un colagogo, un diuretico, mentre il succo era stimato un vulnerario di prima grandezza, soprattutto lentivo delle punture degli insetti.

I suoi principi attivi sono soprattutto raccolti nelle radici che quando vengono fatte essiccare risultano brunastre, un po' sugherose, di sapore amaro piuttosto acre. Si tratta di una sostanza amara tipica della pianta, la taraxassicina (allo 0,25%) oltre a un alcaloide (la tassina) insieme a sostanze tanniche, resine, mucillagini, tracce di gomme, tipo caucciù, due esterine (taraxisterina, omotaraxisterina) oltre al taraxisterolo e all'omotaraxisterolo, che sono due alcaloidi insieme a zuccheri, acidi organici, inulina e altre sostanze in microproporzioni.