



## Tamus communis Famiglia DIOSCOREACEE

### **TAMARO, UVA TAMINA**

**ETIMOLOGIA** - Il nome della pianta pare le sia stato attribuito da Linneo con riferimento ad un antico vitigno selvatico usato da Plinio e da Columella. Il secondo termine, communis, rimarca l'ampia diffusione e la frequenza di questa specie.

**AMBIENTE** - Il tamaro è una specie spontanea diffusa in tutta l'Europa, nel Nord Africa e nell'Asia occidentale. Pianta tipica del sottobosco, vegeta dal mare alla regione montana, in genere in boschi densi e macchie fitte, ma può ritrovarsi anche nelle radure e nelle siepi. Cresce anche in tutta Italia nel sottobosco delle quercete.

### **CARATTERI BOTANICI**

**FOGLIE** - Le foglie sono alterne e glabre, lucenti e lungamente picciolate. La lamina è cuoriforme ed espansa, lunga 5-10 cm e larga 4-8 cm. L'apice è acuminato e la base ha un seno peziolare conformato a U, più o meno profondo e aperto. Le nervature principali divergono dalla base e tendono a convergere in corrispondenza dell'apice.

**FIORI** - I fiori sono unisessuali, con entrambi i sessi portati sulla pianta in infiorescenze ascellari separate (pianta monoica). I fiori maschili sono riuniti in lunghi racemi (fino a 15 cm), hanno un perianzio regolare suddiviso in sei lobi profondi. I fiori femminili sono riuniti in brevi racemi (circa 1 cm) di 3-5 elementi e hanno un perianzio tubulare suddiviso in sei lobi poco profondi.

**FRUTTI** - Il frutto è una bacca globosa di colore rosso brillante contenente 6 piccoli semi. In piena fruttificazione le bacche si presentano numerose, riunite in apparenti grappoli.

**USI** - Il tamaro è da considerarsi pianta velenosa per la presenza di alcuni principi attivi tossici. La radice in passato era usata nella farmacopea popolare per la cura dei geloni e dei reumatismi, come lassativo ed ha proprietà emetiche, rubefacenti, purgative. Per le proprietà rubefacenti e stimolanti può essere utile anche come rinforzante del cuoio capelluto. Le caratteristiche dei principi attivi sconsigliano fortemente l'uso non controllato anche per via esterna, in quanto può comportare effetti collaterali di una certa gravità.

**LEGGENDE** - Veniva chiamato Sigillo delle Madonna perché le sue radici spremute curavano ferite e contusioni grazie alla saponina contenuta. Inoltre in Francia il Tamaro è noto come "Herbe aux femmes battues", cioè "erba per le donne picchiate". Tale denominazione nasce dall'uso terapeutico della polpa grattugiata della radice applicata come impacco su contusioni, ematomi e distorsioni.

