



Malva sylvestris Famiglia MALVACEAE

MALVA SELVATICA, DWARF MALLOW

ETIMOLOGIA - Il nome "Malva" deriva dal latino "mollire alvum", cioè "capace di ammorbidire". Dal greco "Malachè", cioè "lumaca".

AMBIENTE – Originaria dell'Europa e dell'Asia. Cresce fra le rovine, ai margini delle strade, nei prati. E' eliotropica (segue il sole). Si trova su tutto il territorio italiano, fino ad un'altezza di 1600m.

CARATTERI BOTANICI

E' una pianta erbacea perenne, cespugliosa.

FUSTO - eretto o prostrato che può crescere dai 60 agli 80 cm ma la pianta può anche raggiungere il metro e mezzo di altezza.

FOGLIE – Le foglie, di colore verde, sono disposte a ventaglio, con 5 o 7 lobi, solo sorrette da un lungo picciolo. Hanno forma palminervia e il margine seghettato ed irregolare.

FIORI – sbocciano in primavera e sono delle tonalità tra il rosa e il violetto, hanno 5 petali, Essi sono disposti in coppie o mazzetti.

FRUTTI - I frutti sono piccoli, tondi e reticolati e contengono un solo seme.

USI - I prodotti farmaceutici contenenti malva vengono utilizzati contro le infiammazioni del cavo orofaringeo, acidità gastrica e gengiviti. Contiene anche potassio, ossalato di calcio, vitamine e pectina. Le foglie di malva selvatica vengono usate nell'insalata, nelle minestre o anche nelle zuppe. Vengono a volte inserite nel ripieno dei ravioli oppure nell'impasto delle polpette. La malva selvatica inoltre contiene importanti principi emollienti e lenitivi ed è per questo che viene utilizzata in molti prodotti cosmetologici. Le radici vengono utilizzate per fare degli impacchi per il viso, efficaci per il trattamento dei foruncoli.

STORIA E LEGGENDE - Nel linguaggio dei fiori la malva selvatica è simbolo dell'amore materno, della dolcezza e della tranquillità. Questa specie viene citata già nell'antichità per le sue proprietà. Plineo e Cicerone raccontano che oltre come alimento veniva utilizzata per una famosa tisana dell'epoca la "bechica". Galeno la descriveva come un farmaco forte e dal gusto piacevole. I filosofi allievi di Pitagora la consideravano addirittura sacra , per loro simboleggiava la divinità e la pacatezza.