



## **Echinacea pallida**

Famiglia ASTERACEAE

### **Echinacea**

ETIMOLOGIA - Il genere fu nominato da Moench, nel 1794, Echinacea, secondo alcuni autori per la struttura dei semi che possiedono, alla loro

sommità, un margine con 4 denti appuntiti; secondo altri, per le brattee pungenti del capolino.

AMBIENTE - Le Echinacee sono originarie del Nord America e mostrano una notevole adattabilità alle diverse condizioni ambientali; crescono spontaneamente sia nelle zone di pianura che ad alta quota, privilegiando aree aperte e soleggiate, senza esigenze particolari di terreno anche se prediligono suoli moderatamente fertili, ben drenati e tendenti al sabbioso.

DESCRIZIONE – Le Echinacee sono piante erbacee perenni alte 8-10 dm. con rizoma cilindrico e i fusti leggermente rossastri. Le foglie sono basali e lungamente picciolate, lanceolate percorse da 3-5 nervature con peli rigidi. La varietà angustifolia, deve il nome alle foglie strette, mentre la purpurea ha foglie dalla pagina più ampia. Le infiorescenze sono formate al centro da fiori tubulari e alla periferia da fiori ligulati porporini ripiegati verso il basso nell'angustifolia; più orizzontali nella purpurea. Appaiono dalla primavera inoltrata all'autunno e fioriscono tra giugno e agosto. I frutti sono degli acheni.

USI – L' Echinacea pallida presenta proprietà antivirali e immunostimolanti dovute alle glicoproteine, alle alchilamidi, ma soprattutto al gruppo dei polisaccaridi (arabinogalattanti e arabinoxilanti). Delle proprietà antibatteriche è, invece, responsabile l'olio essenziale, ricco in terpeni, presente tuttavia in scarsa quantità. Si può quindi dire che le proprietà medicinali dell'echinacea sono stimolanti e di potenziamento del sistema immunitario, soprattutto contro le malattie da raffreddamento, batteriostatiche, virustatiche e antinfiammatorie. Per uso esterno, l'echinacea esibisce proprietà dermopurificanti, antirughe ed antismagliature, tonificanti sul microcircolo e sulla circolazione venosa.

STORIA E LEGGENDE - L'uso terapeutico dell'echinacea risale agli Indiani dell'America del Nord, che se ne servivano nel trattamento esterno di ferite e ustioni; e per uso interno per curare la tosse, le malattie da raffreddamento e il mal di gola. Solo nel 1915 le proprietà dell'echinacea vennero evidenziate da studi clinici, che dimostrarono per la prima volta il meccanismo d'azione sul sistema immunitario. Gli studi sulla pianta ripresero attorno al 1930 e sono giunti ai giorni nostri.