



Cistus x incanus

Famiglia CISTACEAE

CISTO ROSSO, CISTO VILLOSO

ETIMOLOGIA - Il nome della pianta ha origini incerte; si sa solo che il termine "cistus" deriva dalla famiglia a cui appartiene: la famiglia delle cistaceae. Si sa anche che è un ibrido tra il *Cistus albidus* e il *Cistus crispus*.

AMBIENTE - Popola il sottobosco in zone aride e su terreni rocciosi calcarei. Si trova soprattutto nella zona della macchia mediterranea e in regioni del centro-nord quali Piemonte, Lombardia, Veneto, Liguria e Toscana; ma anche in regioni meridionali come Calabria e Sardegna.

CARATTERI BOTANICI

FUSTO - è legnoso ed è dotato di corteccia. Generalmente non supera il metro d'altezza-

FOGLIE - sono opposte e dotate di pelli stellati. Le infiorescenze sono costituite da tre a otto fiori, sorretti da peduncoli.

FIORI - la fioritura avviene tra il mese di aprile e il mese di giugno. I fiori hanno un colore rosaceo tendente al magenta.

FRUTTI - costituiti da una capsula pelosa avvolta da un calice contenente numerosi semi.

USI - **USI** - Il *Cistus incanus* è una tra le piante aromatiche più potenti per migliorare il sistema immunitario degli esseri umani. Infatti è un rimedio naturale per tosse, infiammazione alla gola e raffreddore.

Può anche portare sollievo a coloro che soffrono di forfora, psoriasi, acne, eczema, sinusite (sia cronica che ricorrente), herpes, e altre condizioni causate dalla proliferazione di virus indesiderati, batteri e funghi nel corpo.

Cistus incanus ha anche un effetto anti-allergico, cioè può essere sostituito all'antistaminico ed è anche in grado di rimuovere metalli pesanti tossici dall'organismo.

Si può acquistare in erboristeria e in farmacia sotto forma di tè o di capsule.

STORIA E LEGGENDE - Questa pianta era utilizzata per i suoi effetti sulla salute fin dai tempi avanti Cristo ma con l'emergere di moderni preparati farmaceutici era andata perduta. Tuttavia al giorno d'oggi è stata riscoperta al fine di ridurre l'uso di sostanze farmaceutiche che se usate eccessivamente causano danni al nostro organismo. Questa pianta è stata accuratamente descritta dal medico, botanico e naturalista svedese Carl Nilsson Linnaeus (1707-1778); meglio conosciuto come Carlo Linneo.