



Nymphaea alba

Famiglia NYMPHAEACEAE

NINFEA COMUNE

ETIMOLOGIA – Il nome del genere è stato coniato dal termine greco *nymphé* (giovane fanciulla ma anche ninfa, dea delle acque), per assonanza col vocabolo arabo *nenufar* (loto blu), con il quale veniva comunemente denominata questa pianta. L'epiteto specifico proviene dall'aggettivo latino *albus* -a -um (bianco) ed è riferito al colore del fiore della pianta.

AMBIENTE – E' presente nei climi temperati dall'Europa al Giappone, diffusa allo stato spontaneo nelle acque dolci di tutto il continente ed anche negli stagni e nei laghi italiani (unica ninfea presente in Italia), ad eccezione di Marche, Abruzzo e Calabria, dalla pianura alla zona sub-montana fino ad un'altitudine di 1500 metri.

CARATTERI BOTANICI

TRONCO – il fusto è carnoso, rizomatoso quasi tuberoso e poco ramificato e non di tipo stolonifero. Le parti legnose sono minime a favore dei tessuti aeriferi.

FOGLIE - le foglie sono ampie e di consistenza coriacea e lamina piana e peltata con picciolo inserito in una insenatura stretta e profonda. Sono galleggianti, la forma è più o meno rotonda ad orecchie basali acute.

FIORI – I fiori sono ermafroditi, attinomorfi, polipetali, spirociclici, in genere tutti gli altri elementi del fiore (calice e componenti riproduttivi) sono a disposizione spiralata. Il colore del fiore è bianco puro e hanno un diametro di 10 – 12 cm.

FRUTTI – Il frutto è una bacca globosa, coriacea e spugnosa a deiscenza irregolare.

USI - Secondo la medicina popolare queste piante vengono usate in quanto dotate delle seguenti proprietà medicinali: cardiotoniche (regola la frequenza cardiaca), antiinfiammatorie (attenua uno stato infiammatorio), emollienti (risolve uno stato infiammatorio), sedative (calma stati nervosi o dolorosi in eccesso) e astringenti (limita la secrezione dei liquidi).

STORIE E LEGGENDE - Questa pianta, probabilmente per la bellezza del fiore ha sempre richiamato l'attenzione degli uomini, originando molte leggende, miti e superstizioni. Nell'antica Grecia la ninfea simboleggiava l'amore non corrisposto, ma anche l'amore platonico; inoltre era considerata simbolo di bellezza e dell'arte oratoria, il fiore delle ninfe, delle naiadi e degli spiriti delle acque. Gli Egizi avevano scelto questo fiore per ornare e dipingere le pareti delle tombe dei faraoni. In Oriente, la ninfea simboleggiava l'alba, l'arrivo del sole, in quanto alcune varietà si aprono quando sorge il sole e poi si richiudono al tramonto.