UNIVERSITA' DEGLI STUDI DELLA TUSCIA

SEDE RIETI

DIPARTIMENTO DI SCIENZE AGRARIE E FORESTALI (DAFNE)

Settore Disciplinare AGR/05

DOTTORATO: ECOSISTEMI E SISTEMI PRODUTTIVI - XXIX CICLO

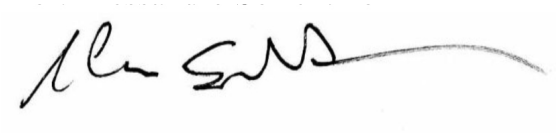
CURRICULUM: SCIENZE E TECNOLOGIE PER LA GESTIONE FORESTALE E AMBIENTALE

Titolo:

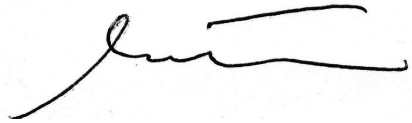
L'uso delle piante nella provincia di Rieti tra tradizione orale e ricerca storica: riflessioni di etnobotanica sull'impiego quotidiano e officinale delle specie vegetali

Tesi di dottorato di:
Dott.ssa Silvia Moronti

Coordinatore del corso
Prof. Alessandro Sorrentino



Tutore
Prof. Bartolomeo Schirone



13 Luglio 2017

INDICE

Premessa…….. pag. 4

CAPITOLO 1

UNA SCIENZA IN CRESCITA: L'ETNOBOTANICA

1.1. Cosa è l'etnobotanica……. pag. 6

1.2. Studi etnobotanici in Italia……. pag. 7

CAPITOLO 2

IMPOSTAZIONE DELLO STUDIO

2.1. Oggetto e obiettivi…….. pag. 9

2.2. Materiali e metodi…….. pag. 9

CAPITOLO 3

LA PROVINCIA DI RIETI

3.1. Geologia della provincia di Rieti …….. pag. 11

3.2. Condizioni climatiche…… pag. 12

3.3. Paesaggio vegetale……. pag. 13

CAPITOLO 4

LE SPECIE ANALIZZATE

4.1. Interviste: schede etnobotaniche…… pag. 20

4.2. Analisi dei documenti di archivio e di testi, riviste, articoli di studiosi locali….. pag. 73

4.3. Discussione dei dati ottenuti…….. pag. 87

4.3.1. Descrizione degli usi medicinali……. pag. 97

4.3.2. Descrizione degli usi alimentari…….. pag. 108

4.3.3. Descrizione degli usi veterinari…….. pag. 111

4.3.4. Descrizione degli usi domestici e artigianali…….. pag. 113

4.3.5. Piante legate a giochi e filastrocche…… pag. 117

4.3.6. Piante di usi magici, religiosi e rituali…… pag. 118

4.3.7. Usi vari di piante……. pag. 121

CAPITOLO 5

APPROFONDIMENTO SULLE SPECIE ARBOREE ED ARBUSTIVE OFFICINALI

5.1. Materiali e metodi……... pag. 125
5.2. Specie arboree ed arbustive del reatino…….. pag. 125
5.3. Gli usi medicamentosi di alberi ed arbusti della provincia di Rieti…… pag. 130
5.4. Analisi dei testi e dei documenti archivistici…….. pag. 140
5.5. Le specie arboree ed arbustive riconosciute come specie officinali e medicinali.. pag. 145
5.6. Comparazione tra usi medicamentosi riportati dalla letteratura e gli usi popolari. pag. 153
5.7. Conclusioni sull'approfondimento……. pag. 157

CAPITOLO 6

POTENZIALITÀ DI COLTIVAZIONE DELLE VARIE SPECIE NEL REATINO

6.1. Possibile raccolta e potenzialita' di coltivazione di arbusti da frutto……. pag. 159
6.2. Possibilita' di sviluppo del commercio di specie officinali…… pag. 161
Conclusioni…… pag. 167
Bibliografia…… pag. 170

PREMESSA

Il principale obiettivo di questo lavoro è lo studio dell'impiego e della considerazione delle piante nella Provincia di Rieti supportato da una ricerca tesa al recupero di usi, tradizioni e credenze proprie di questo ambito nel periodo moderno.

L'indagine, trova alimento e sostanza soprattutto nella tradizione e nella cultura di un territorio, con ciò evidenziando l'importanza, e per molti versi la necessità, della riscoperta e di una nuova considerazione di un patrimonio di conoscenze e saperi del recente passato.

Il metodo adottato ha richiesto, sia una ricerca bibliografica effettuata in varie biblioteche ed archivi della provincia, sia il reperimento di testimonianze dirette raccolte dalla viva voce di anziani, contadini e pastori, ancora memori di consuetudini praticate per millenni ed in definitiva ultimi depositari di una cultura che si sta purtroppo perdendo.

Il lavoro è quindi una raccolta di dati sugli usi più diversi delle piante che crescono (o crescevano), coltivate o spontanee nella intera provincia. Le osservazioni si riferiscono infatti, sia alle diverse coltivazioni che in passato hanno influito sugli aspetti socio-economici locali, sia agli usi popolari di specie vegetali spontanee nel campo culinario, della medicina, della veterinaria, della cosmesi, nei giochi, nei riti magici, religiosi ecc.

Nonostante nel corso degli anni molte tradizioni legate alle piante siano andate perdute, la difesa della biodiversità in tutte le sue forme, il recupero di specie da coltivare e da destinare al mercato, la moda delle cosiddette medicine alternative, ha portato oggi alla rinascita di un grande interesse sul tema ed in particolare per le erbe officinali.

Molte importanti scoperte in campo medico e farmacologico sono nate proprio dalla semplice osservazione di fatti naturali o di abitudini di un popolo. I dati e le informazioni così reperite sono dunque idonee a fornire interessanti spunti per un impiego futuro attraverso la verifica attenta di moderne e specifiche indagini scientifiche.

Sulla base delle informazioni raccolte, è stato infine svolto un approfondimento sull'aspetto esclusivamente curativo delle piante arboree, arbustive e suffruticose.

Quando si parla di piante medicamentose si è soliti pensare a specie vegetali essenzialmente erbacee. Molte sono, invece, le specie a portamento arboreo ed arbustivo che venivano o vengono ancora usate per le loro proprietà curative nella Provincia di Rieti, con impieghi che peraltro sono risultati in più di un caso sconosciuti alla letteratura.

La ricerca svolta su specie spontanee un tempo ampiamente diffuse e su specie in passato coltivate, ne potrebbe far immaginare il recupero finalizzato ad un loro possibile nuovo impiego anche di tipo industriale. Sarebbe a tale proposito auspicabile una incentivazione delle superfici coltivate sulla base di una scelta accurata di specie idonee all'ambiente che consentano un migliore sfruttamento delle potenzialità e delle possibilità insite nel nostro territorio. Il territorio del reatino

possiede infatti un ambiente agro-forestale ancora sostanzialmente integro nel quale la valorizzazione e la preservazione dei “prodotti tipici” sarebbe ancora possibile senza grandissime difficoltà, con l'ulteriore effetto di sostenere lo stesso sviluppo socio-economico della provincia stimolando la nascita di nuove professionalità e la creazione di aggiuntive possibilità di occupazione.

Esiste dunque un vasto patrimonio di cultura e di storia, di usi e di tradizioni che ci racconta ed indica un grande numero di risorse tutte ancora potenzialmente utilizzabili per la ricerca, per lo studio, per la produzione agricola ed industriale. Accendere ancora il faro della ricerca sul nostro passato non è soltanto sottrarre al buio del tempo e della modernità tanto sapere antico ma anche, e soprattutto, illuminare di più i passi del nostro futuro.

CAPITOLO 1
UNA SCIENZA IN CRESCITA: L'ETNOBOTANICA

1.1. COSA È L'ETNOBOTANICA

L'etnobotanica è una scienza al confine tra l'antropologia culturale e la botanica. Essa si occupa degli usi e della considerazione delle piante nella tradizione popolare, nella fitoterapia, nella fitoalimurgia, nella etnoveterinaria, nell'artigianato, nella cosmesi, nelle feste, riti magici, religiosi, nei proverbi ecc.

Per quanto riguarda l'uso nel passato delle piante per le loro proprietà medicamentose e curative, GASTALDO e BARELLA (1988) fanno notare come le informazioni provenienti dagli abitanti delle varie zone, a volte confermano usi della fitoterapia classica mentre, spesso, rappresentano una completa novità per le proprietà che le vengono attribuite.

Tale considerazione li porta ad affermare che: "*La ricerca etnobotanica, raccogliendo un patrimonio di notizie che nei vari gruppi etnici vengono tramandate solo oralmente, investe le espressioni piu' varie e impreviste della cultura e delle consuetudini di un popolo. Essa impedisce non solo che un patrimonio prezioso vada perduto ma costituisce uno spunto per ricerche moderne, piu' approfondite e sofisticate*".

Che l'etnobotanica serva da spunto per ricerche più accurate soprattutto nel settore della fitomedicina viene sottolineato anche da ANZALONE (1988) per il quale " *la medicina popolare e la tradizione dell'uso delle piante medicinali aiutano, non di rado il ricercatore a individuare determinati principi attivi*", e da MENGHINI (1979) che scrive: "*la ricerca scientifica attuale (…) può operare sul bagaglio di conoscenze empiriche rilevato attraverso l'indagine etnobotanica e rappresentare un elemento di conferma o di non conferma e quindi di reale valorizzazione degli usi terapeutici che la tradizione popolare ha tramando fino a noi*". Non si discosta da queste osservazioni IMBESI (1983): "*Moltissimi esempi di droghe vegetali che vennero adoperate come rimedi sin dalla più remota antichità e che vengono ancora oggi impiegate con pieno profitto, stanno ad illustrare la continuità tra passato e presente e a dimostrare come risultati che il medico moderno ha tratto dal laboratorio e dalla clinica, abbiano dato conferma a molte intuizioni ed esperienze curative degli antichi (…). La medicina della nostra era tecnologica, proprio nel momento nel quale tocca il vertice delle conoscenze specifiche, pare però rivolgere maggiore attenzione alla medicina tradizionale (…) per riesaminare i metodi e rinnovarne i sistemi (…).*

Infine afferma TAMMARO (1984):"*La medicina popolare si rivela come un variopinto mosaico di tante piastrelle ciascuna collocata da popoli e culture diverse (…), sembra un caos di utilizzazioni, di supposizioni, di empirismi, ma un più approfondito esame degli usi rivela*

chiaramente che in tale immenso campo di aspetti culturali, etnici, applicativi vi sono anche esatte osservazioni di sicura esperienza", specificando come la medicina popolare abbia sempre preceduto lo sviluppo della medicina scolastica e che gli studi etnobotanici nel campo della fitomedicina siano stati spesso confermati anche dalla ricerca scientifica.

Le indagini etnobotaniche indagano su un mondo ancora poco conosciuto di tradizioni abbandonate o tramandate oralmente per generazioni che costituiscono un bagaglio di conoscenze d'interesse dal punto di vista farmaceutico ma anche fitoalimurgico.

L'impiego delle piante spontanee in cucina è da sempre ben radicato nelle varie regioni italiane anche se spesso questi saperi sono esclusivo appannaggio delle persone più anziane.

La valorizzazione della flora spontanea e dei suoi usi in cucina rappresenta una vera e propria operazione di salvaguardia della biodiversità. Questa infatti non è data solo dal numero delle specie presenti in una zona ma comprende nella sua accezione più ampia, anche i modi con cui queste vengono coltivate e utilizzate in cucina, le storie che le accompagnano in un intreccio uomo e piante. Dice infatti BREDA (2001): "*quando assieme alle piante avremo conservato anche i saperi, la memoria, l'affetto ad esse legato e saremo capaci di comunicarlo alle generazioni future, allora potremo dire di aver salvato davvero tutta la biodiversità*". Recuperando questi saperi, si conserva anche l'identità culturale delle popolazioni.

Il progresso tecnologico ha determinato l'erosione genetica e della diversità culturale lasciando solo pochi depositari di tecniche colturali cadute in disuso, di tradizioni, di rituali, di esperienze e conoscenze legate alle piante. Il PIGNATTI (1971) afferma, circa le piante utili della flora italiana che "*è prevedibile che nel giro di una generazione si sarà perduta perfino la memoria di quanto una volta l'uomo sapeva ricavare dal mondo vegetale; questo rappresenta una perdita netta, un ritorno all'ignoranza (…), un passo indietro nelle nostre conoscenze che non dovrebbe venire tollerato, tanto meno in questo secolo di lumi*".

Dunque scopo dell'etnobotanica è proprio quello di recuperare un autentico patrimonio culturale di storia, usi e tradizioni che rappresentano un complesso di risorse ancora potenzialmente utilizzabili in molti settori di ricerca e di studio salvaguardando prioritariamente l'identità culturale delle popolazioni.

1.2. STUDI ETNOBOTANICI IN ITALIA

A partire dagli anni '80, importanti istituzioni internazionali come la F.A.O., O.M.S., U.N.E.S.C.O. e W.W.F., hanno svolto studi e indagini etnobotaniche cercando spunti per approfondimenti e l'introduzione di innovazioni per la risoluzione di problemi umanitari che affliggono i paesi più poveri attraverso la ricerca di nuovi principi attivi per la cura di malattie, di nuove fonti di alimentazione per il sostentamento, per la salvaguardia della biodiversità, del paesaggio. Questo

incremento delle ricerche etnobotaniche degli ultimi 40 anni ha portato il numero delle pubblicazioni in lingua inglese riguardanti questo argomento da meno di 50 negli anni ’70 a 600 nel 1994 (COTTON, 1996) e di quelle italiane con un massimo tra il 1991 e il 2000 e con un’assenza di incremento tra il 2000 e il 2005 (GUARRERA, 2006). Da una ricerca bibliografica svolta, le pubblicazioni di argomento etnobotanico tra il 2006 e il 2016 risultano invece circa 75. In molte università l’insegnamento dell’etnobotanica è stato inserito all’interno di vari corsi di laurea in particolare di Farmacia, Medicina, Tecniche erboristiche e Lettere.

La fitoterapia nella tradizione popolare è oggi il ramo che suscita maggior interesse. Negli USA da uno studio approfondito di un gran numero di piante legate agli usi popolari sono stati individuate diverse sostanze farmacologicamente attive, alcune delle quali approvate in sede farmaceutica e inserite nei prontuari farmaceutici (GUERCI, 1999).

In Italia il 60% dei farmaci circolanti deriva dalle piante e, se consideriamo che in media si riesce ad estrarre una molecola biologicamente attiva ogni 20.000 testate, è possibile intuire quanto sia importante avere la possibilità di disporre di una ricca banca dati etnobotanici (GUERCI, 1999).

I lavori scientifici di carattere etnobotanico pubblicati tra il 1970 e il 2006 riferiscono l’impiego di circa 1500 specie vegetali pari a circa il 20% della flora vascolare italiana in base ad usi diversi. L’impiego più diffuso delle piante nelle varie regioni d’Italia è quello medicinale con una percentuale di circa il 40% sul totale delle piante individuate in lavori di etnobotanica.

Ma se in Italia, si sta progressivamente diffondendo la consapevolezza dell’importanza dell’etnobotanica, nella Provincia di Rieti, a parte poche pubblicazioni sulla flora locale che rimandano a nozioni di etnoterapia tradizionale, non esiste al momento nessun lavoro di questa tipologia.

CAPITOLO 2
IMPOSTAZIONE DELLO STUDIO

2.1. OGGETTO E OBIETTIVI

Il lavoro è una selezione di dati sugli usi più diversi delle piante coltivate e spontanee della provincia di Rieti riferiti sia alle coltivazioni legate all'economia reatina passata, sia agli usi popolari di specie vegetali spontanee alimurgiche, curative, utilizzate in veterinaria, nella cosmesi, nei giochi, nei riti magici, religiosi. I dati sono stati raccolti attraverso interviste sul campo di anziani e pastori, ricerche archivistiche e studio di testi di autori locali del periodo moderno.

La ricerca etnobotanica, svolta su specie spontanee e su coltivazioni praticate in passato, potrebbe innanzitutto far riflettere su una potenziale reintroduzione anche a livello industriale di alcune di esse nel territorio reatino e non solo.

Lo scopo di questo lavoro è anche quello di suggerire, attraverso il recupero di conoscenze e tradizioni antiche sulle piante, degli spunti per ricerche più approfondite nel campo della medicina e della farmacologia. Gli esempi di fitoterapici usati nell'antichità, e che vengono ancora oggi utilizzati, dimostrano infatti che gli studi moderni spesso confermano intuizioni e pratiche curative degli antichi.

La raccolta di questa tipologia di dati e informazioni può anche fornire un valido supporto nell'individuazione di numerose specie ai fini della conoscenza, della tutela e della conservazione della biodiversità nonché ai fini della pianificazione ecologica per il ripristino della funzionalità biologica ed ecologica degli ecosistemi naturali, forestali ed agro forestali. La biodiversità infatti non è data solo dal numero di specie presenti in una zona, ma comprende anche i modi con cui le piante sono coltivate ed utilizzate. Pensiamo ad esempio alla cucina. In tale campo il riavvicinamento al consumo delle erbe selvatiche potrebbe di fatto rilanciare coltivazioni di piccole e medie aziende agricole e qualificare ulteriormente l'enorme patrimonio gastronomico della nostra tradizione.

Non ultimo tra gli obiettivi è quello di sottrarre all'oblio della memoria dati e informazioni che rappresentano la cultura di un territorio e di recuperare saperi legati alle piante che negli ultimi anni sono andati perduti operando cosi un'azione per la salvaguardia della diversità bio-culturale.

2.2. MATERIALI E METODI

Con indagini sul campo e con interviste ad anziani agricoltori e pastori si è cercato di indagare su questo mondo poco conosciuto di tradizioni.

Sono stati considerati, oltre ai dati di fitomedicina e di fitoalimentazione altre informazioni sulle piante nel loro contesto tradizionale. Esse riguardano la veterinaria, l'artigianato, la cosmesi,

l'utilizzazione in feste, rituali e giochi, credenze, proverbi, ecc.

La raccolta delle informazioni sul campo è stata integrata con una indagine parallela nelle biblioteche presenti a Rieti consultando testi, riviste e articoli anche a cura di studiosi locali i quali nel descrivere tradizioni popolari, forniscono informazioni sugli usi terapeutici, domestici, alimentari, rituali ecc. di varie piante. Le ricerche documentali sono state effettuate soprattutto presso la Biblioteca Paroniana e l'Archivio di Stato di Rieti dove, in particolare, è stato visionato anche un fondo di documenti inediti.

E' significativo aver riscontrato a volte corrispondenza tra le informazioni apprese sul campo e quelle indicate nei testi.

Per ogni pianta esaminata è stata quindi creata una scheda. Nella prima parte viene indicato un binomio scientifico, un nome italiano in conformità a PIGNATTI (1982), si specificano nomi locali o vernacoli, i principi attivi o i costituenti significativi desunti dalla letteratura. Nella seconda parte della scheda vengono indicati invece gli usi tradizionali delle piante nella provincia, curiosità, notizie storiche ecc.

A questo lavoro di raccolta di informazioni è seguito un approfondimento relativo alle sole proprietà medicamentose e curative secondo la tradizione popolare reatina di specie esclusivamente arboree, arbustive e suffruticose.

Successivamente è stata svolta l'analisi della letteratura, per verificare quante e quali specie arbustive, arboree e suffruticose, presenti nella Provincia di Rieti, vengano considerate piante di interesse medicinale a livello nazionale.

In seguito, la consultazione di vari siti internet di fitoterapia ha permesso per confronto di estrapolare gli impieghi popolari reatini medicamentosi sconosciuti alla letteratura e al web.

CAPITOLO 3
LA PROVINCIA DI RIETI

3.1. GEOLOGIA DELLA PROVINCIA DI RIETI

La provincia di Rieti, dal punto di vista fisico può essere distinta nelle seguenti zone: Altopiano di Leonessa, Alte Valli del Velino e del Tronto, Conca di Rieti, Bassa Sabina, Valle del Salto e Valle del Turano.

La geologia di questo territorio si caratterizza soprattutto per la grande diffusione dei substrati carbonatici che, in vari litotipi, strutturano tutte le dorsali montuose.

L'Altopiano di Leonessa occupa la parte nord della provincia ed è delimitato a sud dal gruppo montuoso del Terminillo, ad est è separato dall'Alta Valle del Velino dal gruppo del Boragine, a nord ed a ovest è delimitato da alcune propaggini dell'Appennino Umbro- marchigiano. Esso anticamente era occupato da un lago scomparso nel Quaternario a causa di fenomeni tettonici. E' quindi costituito da terreno alluvionale del quaternario antico che ricopre il Paliocene lacustre di tutto il bacino. Le montagne che circondano l'Altopiano risultano geologicamente costituite da calcari del Lias inferiore, medio e superiore, nonché del Giurassico.[1]

La catena dei monti reatini è infatti composta da un'alternanza di calcari (dolomie, calcare massiccio, corniola e rosso ammonitico) e di formazioni più recenti come la scaglia rossa e cinerea. Il primo gruppo di substrati affiora nel massiccio del Terminillo; gli altri sono predominanti tra il Monte Corno e il Monte Tilia, verso Leonessa.[2]

La parte nord-est della Provincia è occupata dalle Valli del Tronto e del Velino caratterizzate dalla presenza dei Monti della Laga, ad est di Amatrice costituiti essenzialmente da arenarie e marne del terziario medio.

Nell'Alta Valle del Velino prevalgono arenarie dell'Eocene. A Valle di Sigillo prevalgono formazioni calcaree del Liassico inferiore e presso Antrodoco formazioni calcaree del Retico.

La media Valle del Velino è compresa fra la catena del Terminillo e l'anticlinale Monte Nuria-Monte Velino costituita di calcare cretaceo. A valle di Antrodoco si notano formazioni eoceniche di arenarie e fra Cittaducale e Rieti sabbie e argille del Pliocene lacustre. La conca di Rieti risale probabilmente alla fine del Pliocene. E' delimitata ad oriente dalla catena del Terminillo, ad occidente dalla catena del Tancia, a nord e a sud da colline. Nella parte nord della piana vi sono il lago di Ripasottile e di Cantalice, residui del lago quaternario che occupava la parte nord della piana. Geologicamente la piana risulta costituita in gran parte di terreni pliocenici con sedimenti fluviali e lacustri.[3] Esistono nella piana banchi di travertino e la stessa Rieti poggia su una

1 A.A.V.V - L'agricoltura della provincia di Rieti ed i suoi problemi socio-economici - 1985
2 A.A.V.V - Atlante Rieti - Terni - Centro Studi E. Vanoni - 1993
3 A.A.V.V - L'agricoltura della provincia di Rieti ed i suoi problemi socio-economici - 1985.

collinetta dello stesso materiale mentre ai bordi del bacino a tali substrati si sovrappongono conglomerati poligenici e detriti di falda che collegano la pianura con i rilievi circostanti. Di particolare interesse geologico sono inoltre i terreni torbosi presenti in corrispondenza dei Laghi Lungo e Ripasottile.[4]

La Bassa Sabina è delimitata ad est dalla catena dei Monti Sabini, ad ovest dal Tevere. Sui Monti Sabini affiorano maiolica e scaglia rossa nei settori più laterali e posti a minore quota mentre l'asse centrale della catena è caratterizzato da calcare massiccio, corniola e alternanza di sottili strati di selce con calcari selciferi. Questo gruppo montuoso si distingue inoltre per la presenza di aree meno acclivi e nei piani di Ruschio di terre rosse, fortemente decalcificate.

Terreni pliocenici si notano nella zona di Roccantica e di Fara Sabina.

La Valle del Salto occupa la parte sud-est della Provincia e la sua morfologia è dovuta alla glaciazione quaternaria ed al carsismo. E' una regione costituita da calcarei neocretacei, ora compatti, ora stratificati ed affioranti nelle parti più elevate. I calcari sono coperti da formazioni mioceniche costituite inferiormente da calcari marnosi, superiormente da arenarie compatte.

La Valle del Turano compresa tra i Monti Carseolani ad est ed i Monti Sabini ad ovest è costituita da arenarie dell'Eocene; nelle parti più vicine al fiume si hanno depositi fluviali quaternari.

Nella provincia prevalgono quindi calcari del Lias inferiore, medio e superiore (Terminillo, Monte Velino, Monti Sabini), terreni argillosi pliocenici con sedimenti fluviali e lacustri, soprattutto ghiaiosi e sabbiosi (Conca di Rieti e di Leonessa) infine terreni alluvionali nelle Valli del Velino, del Turano, del Salto.[5]

Illustrazione 1: Il territorio della Provincia di Rieti nella Regione Lazio.

3.2. CONDIZIONI CLIMATICHE

Il clima della provincia presenta caratteristiche assai varie da luogo a luogo. Si passa dal clima mite sud occidentale al clima più rigido della sabina orientale con un aumento delle piogge da occidente verso oriente cioè verso la zona più montuosa ed elevata.

Infatti, piuttosto mite è il clima della Bassa Sabina che risente dell'azione mitigatrice del mare. A Poggio Mirteto la temperatura media annua è di 13,1° C, con T. media 4,4° C in gennaio e 22,3° C in luglio e con precipitazioni che hanno raggiunto in passato

4 A.A.V.V - Atlante Rieti - Terni - Centro Studi E. Vanoni - 1993

5 A.A.V.V - L'agricoltura della provincia di Rieti ed i suoi problemi socio-economici - 1985

i 1002 mm (VENANZI, 1977). La zona sud orientale invece, con le valli del Turano, del Salto e del Velino e la conca di Rieti, essendo più elevata e circondata da montagne, ha un clima più rigido con escursioni annue e diurne notevoli. Per la piana di Rieti il mese più freddo è gennaio (temperatura media 3,8°C), il mese più caldo agosto (temperatura massima media 29,2° C). La parte nord est della provincia ha un clima rigido d'inverno, fresco d'estate: Amatrice ha una temperatura media annua di 10 °C, con una temperatura minima media in gennaio di -2,9° C e la temperatura massima media in agosto di 26,4 °C; le precipitazioni medie annue in tale zona hanno raggiunto in passato gli 845 mm, ma già a Posta che ha un coefficiente superiore, i 1307 mm di pioggia.[6] La temperatura cambia da luogo a luogo fino ad arrivare a -10° C nelle aree montane con frequenti minime tra 0°C e -5°C. Le precipitazioni atmosferiche sono nel complesso piuttosto abbondanti soprattutto nella zona montana e mal distribuite nelle aree collinari: scarse nel periodo estivo e molto intense durante l'autunno.

3.3 PAESAGGIO VEGETALE

Le caratteristiche climatiche, unitamente a quelle geomorfologiche ed altitudinali (tra le aree poste a quote minori e quelle più elevate il dislivello è di oltre 2000 metri), fanno si che il paesaggio vegetale del territorio reatino sia quanto mai diversificato.

Il centro di Rieti sorge su una collina al margine di una pianura, denominata Piana Reatina. La piana, anticamente era occupata delle acque del *Lacus Velinus,* è stata oggetto di ripetuti tentativi di bonifica già a partire dall'età romana con l'apertura un varco tra il calcare accumulatosi negli anni presso la località di Marmore, generando l'omonima cascata. Dopo gli interventi risalenti ai primi del novecento oggi di tale lago restano solo specchi d'acqua minori: il lago di Piediluco (Provincia di Terni), quello di Ventina e quelli Lungo (lago di Cantalice) e di Ripasottile, questi ultimi oggi inseriti nella omonima riserva naturale.

All'attualità la zonazione di questi territori prossimi ai laghi è così riassumibile: campi, eventuale prato umido, canneto-fragmiteto, associazioni idrofite sommerse, associazioni idrofite emergenti. Certamente tra le specie più indicative delle zonazioni sopra evidenziate si possono citare *Apium nodiflorum* L., *Glyceria fluitans* L., *Veronica beccabunga* L.,

Illustrazione 2: Ligustrum vulgare L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

6 A.A.V.V - Atlante Rieti- Terni- Centro Studi E. Vanoni - 1993

Nasturtium officinale R. Br.*, Potamogeton pectinatus* L.*, Nimphaea alba* L.*, Nuphar lutea* L.*, Lemma minor* L.*, Callitriche stagnalis* Scop.

La vegetazione e la flora ripariale sono caratterizzate dalla sporadica presenza di esemplari arborei appartenenti al genere *Salix* e al genere *Populus.* Ancor più raramente si trovano ontano nero (*Alnus glutinosa* L.) e olmo minore (*Ulmus minor* Miller). È presumibile che un tempo si trovassero in questo ambiente, che ha subito nel corso dei secoli una notevole antropizzazione, veri e propri alneti; oggi nella piana di Rieti sono ancora presenti, per la verità in pochi esemplari, anche grandi alberi di gelso (*Morus alba* L.) testimonianza di una remota attività di allevamento del baco da seta.

Nella stagione primaverile le zone sopraelevate sono caratterizzate dalle fioriture bianche del prugnolo selvatico (*Prunus spinosa* L.). Esemplari di frangola (*Rhamnus frangula* L.) rendono più vario e mutevole e scientificamente interessante il panorama vegetale.

Illustrazione 3: Fraxinus ornus L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Ai margini della piana l'ecosistema terrestre è caratterizzato da un paesaggio arboreo particolarmente espressivo con esemplari maestosi di roverella (*Quercus pubescens* Willd.).

Tra le specie arbustive più frequenti di altre nel sottobosco di questi ambienti, si possono citare la ginestra odorosa o di Spagna (*Spartium junceum* L.), citiso trifloro (*Cytisus triflorus* L'Her.) oltre che il già citato prugnolo selvatico. Oltre questa fascia, salendo di quota, normalmente si trovano campi coltivati, lembi di bosco misto di latifoglie per lo più governato a ceduo (LANDI, 2005).

Utilizzando la classificazione del Pavari, nella Provincia troviamo la "zona del *Lauretum*" rappresentata dal leccio e da altre specie appartenenti a vari generi come *Smilax*, *Rhus*, *Pistacia.*

Illustrazione 4: "Faggio di San Francesco"- Rivodutri, Rieti - (Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)

Le specie che caratterizzano tale fascia sono molteplici: tra le specie arboree si ricordano *Quercus ilex* L., *Laurus nobilis* L., *Rhamnus alaternus* L., *Pinus halepensis* Mill., *Ficus carica* L. mentre tra le specie arbustive *Pistacia terebinthus* L., *Rhus coriaria* L., *Cistus salvifolius* L., *Phillyrea angustifolia* L., *Phillyrea latifolia* L., *Juniperus oxycedrus* L., *Arundo donax* (L.), *Myrtus communis* L., *Clematis flammula* L.

Le specie erbacee caratterizzanti sono invece il *Ruscus aculeatus* L., *Urtica pilulifera* L., *Parietaria officinalis* L., *Papaver rhoeas* L., *Cotyledon umbilicus-veneris* L., *Psoralea bituminosa* L.,

Daphne gnidium L., *Daucus carota* L., *Vinca major* L., *Marrubium vulgare* L., *Orobanche sanguinea* Presl., *Rubia peregrina* L., *Ampelodesma mauritanica* Dur. et Schinz, *Arisarum vulgare* Targ - Tozz, *Juncus acutus* L.

Illustrazione 5: Sorbus torminalis (L.) Crantz *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

La "sottozona calda del *Castanetum"* è caratterizzata da boschi un tempo assai consistenti ma oggetto nei secoli di devastazioni e di grandi interventi antropici.

Oggi i boschi puri ad alto fusto di roverella di una certa estensione sono abbastanza rari, mentre la stessa specie è assai rappresentata nei cedui misti nella media montagna. Anche l'olivo trova il suo areale ottimale in questa fascia che, dal punto di vista climatico, è caratterizzato da piogge e freddo intenso in inverno e siccità estiva.

Tra le varie specie arboree di questa zona sono riscontrabili: *Quercus pubescens* Wild, *Ulmus campestris* L., *Celtis australis* L., *Carpinus orientalis* Mill., *Popolus alba* L., *Acer monspessulanum* L., *Fraxinus ornus* L., *Sorbus domestica* L., *Cercis siliquastrum* L., *Cornus mas* L.

Tra gli arbusti: *Prunus mahaleb* L., *Colutea arborescens* L., *Rosa gallica* L., *Cytisus triflorus* Her., *Lonicera caprifolium* L., *Cornus sanguinea* L.

Specie erbacee: *Cyclamen repandum* S. et S., *Ruscus aculeatus* L., *Asparagus acutifolius* L., *Dianthus armeria* L., *Hyacinthus romanus* L., *Muscari botryoides* L., *Allium roseum* L., *Allium neapolitanum Gr.*., *Narcissus tazetta* L., *Iris florentina* L., *Iris germanica* L., *Gladiolus communis* L., *Ophrys apifera* Huds, *Ophrys lutea* Cav., *Serapias lingua* L., *Orchis papilionacea* L., *Orchis laxiflora L.*, *Orchis simia* L., *Loranthus europaeus* Jacq., *Aristolochia rotunda* L.

Illustrazione 6: Castanea sativa Miller *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

La ”sottozona fredda del *Castanetum*” è caratterizzata nell'ambito della Provincia di Rieti dai generi *Quercus, Castanea, Populus, Alnus.*

Di questa fascia fanno parte boschi d'alto fusto di cerro che ancora caratterizzano alcune zone della provincia ed i castagneti da frutto o i boschi cedui della stessa specie. Tra le specie tipiche di questa zona si possono rilevare specie arboree come *Quercus cerris* L., *Quercus robur* L., *Tilia cordata* Mill., *Acer campestre* L., *Acer opalus* Mill., *Acer lobelii* Ten., *Fraxinus excelsior* L., *Sorbus aria* Ehrh., *Sorbus torminalis* Ehrh., *Ostrya carpinifolia* Scop., *Pirus communis* L., *Malus silvestris (L.)* Mill., *Corylus avellana* L., *Castanea sativa* Mill., *Salix alba* L., *Salix fragilis* L., *Populus nigra* L., *Acer platanoides* L. e specie arbustive come *Prunus spinosa* L., *Humulus lupulus* L., *Rubus fruticosus* L., *Rosa canina* L., *Crataegus monogyna* Jacq., *Cytisus nigricans* L., *Evonymus europaeus* L., *Cornus sanguinea* L., *Cornus mas* L., *Ligustrum vulgare* L., *Echinops ritro* L.

Illustrazione 7: Cercis siliquastrum L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Tra le specie erbacee: *Asplenium adiantum-nigrum* L., *Phragmites communis* Trin., *Festuca arundinacea* Schreber, *Galanthus nivalis* L., *Narcissus poeticus* L., *Iris pseuda-corus* L., *Orchis morio* L., *Orchis mascula* L., *Saponaria officinalis* L., *Anemone apennina* L., *Anemone hepatica* L., *Aquilegia vulgaris* L., *Ranunculus bulbosus* L., *Coronilla*

emerus L., *Angelica silvestris* L., *Angelica archangelica* L.

Per quanto riguarda la "zona del *Fagetum*" è bene evidenziare come essa coincida con il limite della vegetazione arborea alla quota di 1.700 - 1.750 metri s.l.m., nel tratto Appenninico che interessa la Provincia.

Le fitocenosi più tipiche di questa zona sono i boschi di faggio, sporadicamente si riscontra l'acero montano e poi specie sempreverdi di origine subtropicale quali *Taxus baccata* L., *Ilex aquifolium* L., *Daphne laureola* L.

Tra le molte specie arboree si riscontrano in particolare:

Fagus sylvatica L., *Ilex aquifolium* L., *Taxus baccata* L., *Acer platanoides* L., *Carpinus betulus* L., *Prunus avium* L., *Betula alba* L.

Illustrazione 8: Acer pseudoplatanus L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Illustrazione 9: Acer platanoides L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Specie arbustive: *Sambucus nigra* L., *Cytisus laburnum* L, *Clematis vitalba* L., *Sambucus ebulus* L., *Daphne laureola* L., *Daphne mezereum* L, *Salix incana* Schrank, *Salix caprea* L.

Specie erbacee: *Alopecurus pratensis* L., *Festuca silvatica* Vill., *Brachypodium silvaticum* P.B., *Arum maculatum* L., *Arum italicum* L., *Anemone ranunculoides* L., *Anemone nemorosa* L., *Ranunculus ficaria* L., *Helleborus viridis* L., *Helleborus foetidus* L., *Aconitum lycoctonum* L., *Dentaria pentaphyllos* L., *Geranium robertianum* L., *Mercurialis perennis* L., *Primula vulgaris* Huds., *Primula elatior (L.)* Hill., *Pulmonaria officinalis* L., *Atropa belladonna* L., *Linaria purpurea* Mill., *Cynoglossum officinale* L., *Ajuga reptans* L., *Veronica officinalis* L., *Digitalis ferruginea* L., *Digitalis micrantha* Schrad., *Asperula odorata* L., *Sambucus ebulus* L., *Campanula persicaefolia* L., *Paris quadrifolia* L., *Aconitum napellus* L.

Nella "zona del *Picetum*", le specie presenti hanno la caratteristica di avere una vita piuttosto breve, in grado di superare tanto i rigori invernali quanto la siccità estiva. Si tratta di piccoli arbusti spesso striscianti o di piante erbacee dai fusti generalmente corti, talvolta con rosette basali di foglie, organi con sostanze di riserva.

Tra le varie specie di questa area che si sono adattate ad habitat rocciosi o con terreno estremamente superficiale quelle in particolare riscontrabili sono:

Specie arbustive: *Juniperus communis* var. *montana*, *Daphne alpina* L., *Rhamnus alpina* L., *Arctostaphylos uva-ursi* Spr.

Specie erbacee: *Gentiana lutea* L., *Adenostyles glabra* L., *Doronicum orientale* Hoffm., *Valeriana tripteris* L., *Valeriana officinalis* L., *Gentiana verna* L., *Myosotis alpestris* Schm., *Crocus vernus* Hill., *Primula auricula* L., *Nardus stricta* L.[7]

7 A.A.V.V - L'agricoltura della provincia di Rieti ed i suoi problemi socio-economici - 1985

CAPITOLO 4

LE SPECIE ANALIZZATE

4.1 INTERVISTE: SCHEDE ETNOBOTANICHE [8]

ACERACEAE

***Acer campestre* L. (acero campestre)**

Nomi locali: aceru (Rieti).

Principi attivi: allantoina, acido ellagico, ciclite.

USI TRADIZIONALI

Domestici: usati come pali di sostegno per le viti o i pomodori (Borgo S. Pietro).

Illustrazione 10: Acer campestre L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

APOCYNACEAE

***Nerium oleander* L.** (oleandro) -coltivato

Nomi locali: leandru (S. Elia).

Principi attivi: oleandrina, neriantina, adinerina, l-strofantina (azione digitale simile), flavonoidi vitamina K.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: nella zona della Sabina (Passo Corese, Osteria Nuova, Poggio Mirteto) i fiori essiccati ridotti in polvere venivano annusati a scopo starnutatorio.

8 Le informazioni fornite su queste pagine sono di natura generale e non possono sostituire il consiglio di un medico o di un erborista. I principi attivi contenuti nelle piante officinali possono essere molto pericolosi se usati o preparati in modo non corretto. Una verifica da altre fonti è sempre opportuna

ARACEAE

***Arum italicum* Miller** (gigaro chiaro).

Nomi locali: pianta delle serpi (Antrodoco), viàle (Poggio Bustone).

Principi attivi: aroina, saponina, glucoside cianogenetico e principo rubefacente.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: gli impiastri di infiorescenze venivano utilizzati per ascessi dentali ed infezioni (Antrodoco).

Veterinari: tutta la pianta, cotta, si somministrava ai maiali con problemi intestinali (Poggio Bustone).

Illustrazione 11: Arum italicum Miller *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

ARALIACEAE

***Hedera helix* L.** (edera).

Nomi locali: edera.

Principi attivi: glucosidi vari, saponine, sostanze tanniche, resinose e pectiche, acido clorogenico.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: come callifugo naturale, le foglie venivano fatte macerare in aceto e quindi lasciate per un giorno a contatto con i calli che dovevano essere successivamente rimossi meccanicamente (Greccio). Nella cura dell'acne si usavano foglie di edera (zona di Concerviano). Infusi di foglie erano bevuti a digiuno a scopo antinevralgico (Magliano Sabino).

Domestici: il decotto serviva per smacchiare gli abiti (Magliano Sabino) e per ravvivare i colori (Cittaducale).

Illustrazione 12: Hedera helix L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

ASPIDIACEAE

***Dryopteris filix-mas* (L.) Schott** (felce maschio).

Nome locale: ferge (S. Elia), ferce (Greccio).

Principi attivi: filicina che si scinde in aspidinolo, albaspidina, filicinilbutanone, aspidina e acido filicinico, acidi filicici.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: pediluvi con acqua calda in cui veniva aggiunto un macerato di felci e aceto (Greccio).

Illustrazione 13: Dryopteris filix-mas (L.) Schott *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Vari: le foglie sono usate per imbottire canestri e per confezionare corone mortuarie (Rieti, S. Elia). Nella zona di Leonessa era uso appendere dei mazzi di felce al soffitto per catturare le mosche. Gli insetti cercando riparo tra i rami, ne rimanevano intrappolati. Il mazzo veniva successivamente bruciato assieme agli insetti.

ASTERACEAE

***Arctium lappa* L.** (bardana maggiore).

Nome locale: lappa (S. Elia)

Principi attivi: olio essenziale, poco tannino, acido clorogenico, steroli, polieni, poliine, inulina, glucoside arctiina, olio grasso (semi) arctiopicrina (foglie).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: a Leonessa, le foglie fresche di bardana, venivano usate a scopo cicatrizzante. La foglia contusa si metteva direttamente sulla ferita che poi veniva fasciata. La medicazione si cambiava due volte al giorno.

***Carlina acanthifolia* All.** (carlina zolfina)

Nome locale: pagnòni, la parte tenera (Leonessa).

Principi attivi: olii essenziali, resine, inulina, sostanze tanniche, principio antibiotico, ossido di carlina.

USI TRADIZIONALI

Alimentari: in estate si mangia tuttora la parte interna carnosa e tenera dei capolini, condita con olio e sale (Leonessa, Antrodoco). A Poggio Fidoni si mangia lessa e "ripassata" in padella con olio.

Giochi: a Collerinaldo i bambini usavano la carlina per il gioco del "tottorotò". Ponendo un foglietto nella parte sottostante della pianta e soffiandoci sopra si produceva un suono particolare.

***Petasites hybridus* (L. Gaerth).**

Nomi locali: farfaraccio (Rieti).

Illustrazione 14: Reichardia picroides (L.) Roth

Principi attivi: alcaloidi pirrolizidinici, derivati sesquiterpenici, flavonoidi, colina, cloruro di potassio eliantenina.

USI TRADIZIONALI

Vari: a Collerinaldo, se ne piegavano le grandi foglie per formarne un grande bicchiere che in dialetto veniva chiamato "scuffulotto" o "piatano" per bere l'acqua nei ruscelli o nei fontanili. Talvolta veniva usato come "imballaggio" per i pesci appena pescati.

***Reichardia picroides* (L.) Roth** (caccialepre).

Nome locale: caccialepre (ovunque) caccialeperi (Rieti).

USI TRADIZIONALI

Alimentari: le rosette delle piante giovani, colte in primavera o in autunno, sono consumate per lo più in

insalata, spesso nella “misticanza” con varie erbe (Cittaducale). In alternativa viene lessata per essere consumata all'agro.

***Sonchus* sp.pl** (grespigni).

Nomi locali: crispigno (Greccio, Contigliano, Leonessa), crespigno (Magliano Sabino) , respegna (Petrella Salto) raspigna (S. Elia), rospigna (Capradosso).

Principi attivi: lattoni, sesquiterpenici, taraxasterolo, composti lacticino-simili, guaianolide.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il latice si applicava sulla pelle irritata in seguito a punture di insetti (Leonessa). Latice ed acqua erano bevuti a scopo digestivo (Greccio) mentre le foglie raccolte prima della fioritura venivano consumate in vario modo per le loro proprietà “rinfrescanti” (Greccio, Contigliano).

Alimentari: mangiate in insalata (un po' ovunque) lessate per il ripieno di pizze di verdure (Paganico Sabino).

Veterinari: le foglie erano date in pasto ai maiali (Poggio Bustone).

BETULACEAE

***Alnus glutinosa* (L.) Gaertner** (ontano comune)

Nomi locali:

Principi attivi: tannini, alnulina, protoalnulina, emodina (corteccia).

USI TRADIZIONALI

Domestici: a Cittaducale e ad Antrodoco la corteccia veniva usata per tingere i tessuti di scuro.

Illustrazione 15: Alnus glutinosa (L.) Gaertner *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

BORAGINACEAE

***Borago officinalis* L.** (Borragine comune).

Principi attivi: allontoina, mucillagini, nitrato di potassio, resine, tannini ecc.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: a Greccio, l'infuso di foglie era usato per infiammazioni oculari. Le giovani foglie si utilizzavano anche a scopo diuretico.

Alimentari: a Cittaducale ed in vari centri della valle del Velino, era molto usata in cucina. Ottima per gustose frittelle, nei ravioli insieme alla ricotta, per i risotti. Un tempo si usava anche per fare le c.d. "cicale". Si lavava bene ogni foglia sopra alla quale si disponevano pezzetti di alici e formaggio. Si arrotolava e dopo averla passata in una pastella di acqua e farina, veniva fritta. Le foglie sono mangiate anche lesse (Greccio), in insalate (Rieti) e unitamente ad altre erbe, in minestroni.

***Echium plantagineum* L.** (viperina plantaginea)

Nomi locali: erba della serpe (S. Elia)

Principi attivi:

USI TRADIZIONALI

Vari: i fiori venivano usati nelle "infiorate" (Poggio San Lorenzo).

***Pulmonaria hirta* L.** (pulmonaria)

Nomi locali:

Principi attivi: fitosteina, mucillagine, acido silicico, carotene, saponina, nitrato di potassio e vitamina C.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto utilizzato come antitussivo (Albaneto).

BUXACEAE

***Buxus sempervirens* L.** (bosso)

Nomi locali: mortella (Rieti) bussu (S. Elia)

Principi attivi: alcaloidi: bussina, parabussina, bussinidina, parabussinidina, bussanina; tannini, principio amaro, resine, olio.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di foglie contro le febbri (Contigliano).

Artigianali: il legno duro veniva utilizzato nella costruzione di utensili e attrezzi per la campagna (Contigliano, S. Elia).

Vari: insieme all'alloro veniva usato per la realizzazione di corone mortuarie (Leonessa, Albaneto).

CAMPANULACEAE

***Campanula rapunculus* L.** (raponzolo).

Nomi locali: rapunzoli o bombocconi (Antrodoco), raponzolo (Poggio Catino), rapunzuli (S. Elia).

Principi attivi: inulina (radici), tannini, resine, acido gallico, gomme, tracce di sostanze coloranti (fiori).

USI TRADIZIONALI

Alimentari: si mangiano le radici bianche e dolciastre in insalata (Poggio Catino, Antrodoco) con salsa di acciughe, aceto, olio, aglio (S. Elia).

Illustrazione 16:Campanula rapunculus L.

CANNABACEAE

***Cannabis sativa* L.** (canapa comune).

Nome locale: canapa, semi "cannavicciu" (piana), canapucciu (Leonessa).

Principi attivi: acido cannabidiolico, cannabidiolo, tetraidrocannabidiolico, cannabinolo, olio grasso costituito dai gliceridi degli acidi linoleico e linolenico e da protidi, vitamina K (frutti).

USI TRADIZIONALI

Veterinari: i semi si davano in pasto agli uccellini (Leonessa).

Vari: La canapa un tempo era molto coltivata nel territorio reatino. A parte le utilizzazioni come fibra tessile, la stoppa ovvero cascame di fibre ricavate dalla canapa durante le operazioni di pettinatura, veniva usata per la "chiarata", una sorta di ingessatura realizzata con chiare d'uovo e tali fibre (Poggio Fidoni, Rieti, S. Elia). Dai racconti di un'anziana della zona di Leonessa apprendiamo che durante la lavorazione della canapa per ingannare il tempo era uso masticare di tanto in tanto qualche semino che provocava però "inspiegabili" sonnolenze.

***Humulus lupulus* L.** (luppolo comune).

Nome locale: lùparo (Contigliano), lùpolo (S. Elia Rieti) olupari (Antrodoco).

Principi attivi: luppolino, formato da un olio essenziale e varie chetoni tra cui umulone, lupulone, colina e asparagina.

USI TRADIZIONALI

Alimentari: i germogli sono mangiati cotti all'agro, in zuppe o frittate. In tutta la provincia è diffusa la raccolta del luppolo per uso alimentare.

CAPRIFOLIACEAE

***Sambucus ebulus* L.** (ebbio).

Nome locale: sambuchella (Borgo Velino, Antrodoco), iebbi (Leonessa).

Principi attivi: glucoside cianogenetico, olio essenziale, principi amari e tannici, acidi vari tra cui il valerianico, saponina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: le foglie fresche, masticate o pestate si ponevano dentro le calze a contatto con la pianta del piede a scopo antisudorifero (Rieti). A Borgo Velino le foglie venivano battute ed inserite all'interno delle calzature per lo stesso scopo.

***Sambucus nigra* L.** (sambuco comune).

Nome locale: sammuco (Greccio, Leonessa).

Illustrazione 17: Sambucus nigra L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Principi attivi: olio etereo, composti polifenolici, glucosidi rutina e quercitrina, sostanze tanniche e resinose, mucillagini, alcaloide sambucina e glucoside sambunigrina, quest'ultimo eteroside cianogenetico, vitamina C, pectina, acidi organici, zuccheri, eterosidi della cianidina (frutti), tracce di alcaloidi, colina, acido ursolico, betulina (scorza).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: a Poggio Fidoni, riccetti di corteccia venivano messi su ascessi o foruncoli. Anche a Capradosso, sotto la corteccia si raschiava il fusto e si ottenevano "riccioli" da applicare sulle guance in caso di ascessi dentari per farne regredire gonfiore e infiammazione.

A Magliano Sabino le foglie giovani venivano messe a bollire in acqua e quindi avvolte in compresse di garza con le quali si facevano impacchi per scottature e infiammazioni cutanee.

Nelle contusioni era utilizzato l'impiastro di fiori e "sugna" ovvero grasso di maiale (Greccio). A Greccio l'infuso di fiori veniva utilizzato per fare i pediluvi. Un decotto caldo di foglie e la scorza pestata venivano utilizzati nei dolori artritici (Petrella Salto).

A Leonessa i decotti di fiori rappresentavano un rimedio per la tosse.

Alimentari: con i frutti maturi si preparavano marmellate lassative mentre le parti tenere del fusto una volta mondate, potevano essere mangiate direttamente (S. Elia).

Domestici: il succo dei frutti era usato come inchiostro (S. Elia). Le bacche si utilizzavano spesso per tingere i vestiti (Antrodoco).

Giochi: con i rami di sambuco svuotati del midollo si realizzavano delle "cerbottane", utilizzando palline di stoppa (S. Elia).

Credenze: un mazzetto di foglie di sambuco veniva appeso alla finestra per proteggere la casa.

I fiori del sambuco bagnati dalla "guazza" (rugiada) una volta essiccati erano usati per preparare tisane per i malati (Leonessa).

A Villa Pulcini (Leonessa) si usava appendere nel vano della finestra un mazzetto di foglie di sambuco raccolte nella notte di San Giovanni assieme ad una collana di agli per difendere la casa dai folletti. Nel dialetto leonessano "folletto" indicava un turbine di vento, un mulinello associato a presenze soprannaturali (POLIA, 2002).

CARYOPHYLLACEAE

***Dianthus* sp**. (garofano coltivato)

Nomi locali: garofano ovunque

USI TRADIZIONALI

Credenze: era di buon auspicio lavarsi la mattina della festa di S. Giovanni Battista con l'acqua odorosa dove la sera prima venivano messi garofani e altre erbe profumate (Ascrea).

***Saponaria officinalis* L**. (saponaria comune).

Nome locale: erba San Giovanni, saponella (Leonessa).

Principi attivi: saponinosidi, lattosina, zuccheri, resine, mucillagini, grassi, vitessina, saponarina, saponosidi, vitamina C (foglie).

Illustrazione 18: Saponaria officinalis L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

USI TRADIZIONALI

Domestici: come succedaneo del sapone da bucato, le sommità fiorite erano battute e sfregate in acqua per formare la schiuma (Greccio, Contigliano). Una manciata di fiori veniva usata anche per lavarsi le mani strofinandola tra le mani con un po' d'acqua (Antrodoco).

***Silene vulgaris* (Moench) Garcke** (silene rigonfia).

Nomi locali: liuli, virginilli (Cittaducale, S. Elia).

USI TRADIZIONALI

Alimentari: le piccole foglie vengono usate per cucinare delle frittate o per condire la pasta (S. Elia, Cittaducale).

CHENOPODIACEAE

***Beta vulgaris* L. var. *saccharifera* L.** (barbabietola da zucchero)

Principi attivi: saponinosidi, bentaina, saccarosio (radici tuberizzate), asparagina, rafanolo (pianta intera).

USI TRADIZIONALI

Alimentari: mangiate a fette sulla brace, oppure lesse. L'acqua di cottura veniva utilizzata come dolcificante (S. Elia).

Veterinari: nei pastoni per pollame (S. Elia).

***Chenopodium bonus-henricus* L.** (farinello buon-enrico)

Nomi locali: grolaci (Leonessa), spinaci di monte (Rieti)

Principi attivi: olio essenziale chiamato ”essenza di chenopodio”, betalaine e altre sostanze come ferro e vitamina B1, saponine e acido ossalico.

USI TRADIZIONALI

Alimentari: si mangia lesso (Leonessa).

COMPOSITAE

***Achillea millefolium* L. s.l** (millefoglio)

Nomi locali: millefoglie (Contigliano).

Principi attivi: azulene, camazulene, α e β-pinene, cariofillene, flavonoidi, glicosilflavonoidi, acidi caffeico e salicilico, tannini idrolizzabili, triterpeni, steroli, lattoni, cumarine, alcaloide achilleina, tujone.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: i fiori in infusione per tisane diuretiche (Contigliano)

Artemisia absinthium L. (assenzio maggiore)

Nomi locali: scienzo (Castel di Tora)

Principi attivi: olio essenziale, tuione, proazulene, principio amaro absintina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: i fiori venivano fatti macerare con l’alcool. Il composto veniva applicato con garze sopra ascessi o denti doloranti (Poggio Mirteto). Il decotto di fiori veniva usato come digestivo

(Castel di Tora) o per fare liquori digestivi (Poggio Bustone).

Credenze: il decotto veniva lasciato all'aperto per una notte prima dell'uso come digestivo (Castel di Tora).

***Artemisia vulgaris* L.** (assenzio selvatico)

Nomi locali: ascenzu (Poggio Fidoni)

Principi attivi: l'olio essenziale, la canfora, il borneolo, il vulgarolo, i carburi, flavonoidi, inulina (all'interno della radice).

USI TRADIZIONALI

Veterinari: veniva raccolto fieno ed assenzio e dato in pasto ai bovini a scopo antielmintico (Contigliano).

***Calendula arvensis* (Vaill.) L.** (fiorrancio selvatico)

Nomi locali:

Principi attivi: sostanza amara non definita, acido malico, glicosidi triterpenici, alcoli triterpenici, steroli, carotenoidi, flavonoidi e cumarine, olio essenziale, polisaccaridi, mucillagine, gomme, resine, fenoli, tannini pirogallici, vitamina C, manganese.

USI TRADIZIONALI

Domestici: Usata per tingere i tessuti color crema (Cittaducale).

***Cichorium intybus* L.** (cicoria comune)

Nomi locali: cicoria (ovunque)

Principi attivi: lattoni sesquiterpenici, glucoside amaro cicorina, tannini, derivati dell'acido caffeico, idrossicumarine, flavonoidi, sali minerali, vitamine, aminoacidi.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di foglie contro sbalzi pressori (Greccio), come disintossicante (Magliano Sabino), diuretico e lassativo (Contigliano), digestivo (Greccio). Infuso di foglie e radici veniva usato come decongestionante (Contigliano).

Alimentari: foglie lesse e "ripassate in padella" con olio aglio e peperoncino (S. Elia), come farcitura di panini e pizze insieme alla salsiccia.

Domestici: le radici venivano tagliate e tostate per farne una bevanda sostitutiva del caffè (Rieti).

***Cynara cardunculus* subsp. *scolymus* (L.) Hegi** (carciofo)

Nomi locali: carciofo (ovunque)

Principi attivi: polifenoli, cinarina, cinaropicrina, acido clorogenico, acidi caffeilchinici e dicaffeilchinici, eterosidi, flavonoidici, potassio, calcio, magnesio, acido malico e succinico.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: l'infuso di brattee bevuto per regolarizzare le funzioni epatiche (Collevecchio).

Veterinari: le foglie somministrate ai bovini con grossa tensione addominale in seguito ad ingestione

di alcune erbe (Collevecchio).

***Lactuca sativa* L.** (lattuga coltivata)

Nomi locali:

Principi attivi: olio volatile, ferro,vitamine, principi amari

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto bevuto per le sue proprietà rilassanti e sedative (Torri in Sabina).

***Matricaria chamomilla* L.** (camomilla comune)

Nomi locali: capomilla (Poggio Fidoni).

Principi attivi: olio essenziale contenente bisabobolo e camazulene (responsabile del colore blu), flavonidi, idrossicumarine (tra cui l'umbelliferone), mucillagini, tannini.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: sciacqui con decotto di fiori e foglie di salvia usato per problemi dentali (Greccio).

Vari: l'infuso dei fiori applicato sui capelli fatti asciugare senza risciacquo per schiarirli (S. Elia).

***Tanacetum parthenium* (L.) Sch.Bip.** (matricàle)

Nomi locali: matricana (Poggio Moiano).

Principi attivi: flavonoidi, tannini terpenoidi, lattoni sesquiterpenici, partenolide, guaianolidi, olio essenziale con canfora, campfene, acetato di crisantemile, germacrene-d.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: l'infuso a scopo antielmintico e mangiato durante la gravidanza a scopo digestivo (Capradosso).

Alimentari: insieme ad altre erbe come farcitura per pizze salate (Petrella Salto).

Credenze: si poneva la pianta in un catino d'acqua con altri fiori profumati e ci si lavava il mattino seguente, nel giorno della festa di S. Giovanni (Poggio Moiano).

***Taraxacum officinale* Weber** (tarassaco comune)

Nomi locali: pisciacane (Rieti, S. Elia, Contigliano, Greccio, Cittaducale).

Soffione (pappo) (S. Elia, Rieti).

Principi attivi: acido taraxinico (sesquiterpenlactone) triterpeni e steroidi flavonoidi (glicosidi dell'apigenina e luteolina) vitamine B1, B2, C, E nella foglia.

La radice è particolarmente ricca di sesquiterpenlactoni, acido taraxinico e taraxacolide triterpeni e steroidi, taraxacosidi, acido linolico e linoleico.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di foglie come antipiretico (Leonessa), come diuretico (Contigliano).

CORNACEAE

***Cornus mas* L. (corniolo).**

Nome locale: crugnale (Contigliano, Leonessa), crognale (Rieti, S. Elia).

Principi attivi: cornina, tannini, pectina, malato di calcio (scorza).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: le foglie, lavate e schiacciate erano poste su ferite a scopo disinfettante e cicatrizzante (Contigliano).

Alimentari: le drupe ben mature venivano e vengono utilizzate per marmellate (Leonessa).

Domestici: nella preparazione del formaggio veniva usato un bastone di corniolo per mescolare detto "lu mmisticu"(POLIA, M. 2002).

Proverbi: "lu crognale, roppe l'òssa e non fa male" per indicare la durezza ma anche l'elasticità (Rieti, S. Elia).

CORYLACEAE

***Corylus avellana* L.** (nocciolo).

Nomi locali: nocchia (Rieti, S. Elia, Leonessa).

Principi attivi: tannini catechinici e derivati flavonici.

USI TRADIZIONALI

Alimentari: le nocciole sono l'ingrediente principale di dolci tipici natalizi reatini: i "terzetti".

Domestici: i rami venivano utilizzati per realizzare dei cesti (Borgo Velino). A Collerinaldo ci si costruiva un cesto lungo ed ovale detto "scerpa"utilizzato per la raccolta delle castagne.

Credenze: a Leonessa, il mercoledi, giovedi e venerdi Santo, i giovani preventivamente muniti di bastoni di nocciolo, si inginocchiavano ed in ricordo delle battiture inflitte a Gesù battevano furiosamente il pavimento fino a rompere i bastoni i cui pezzi erano consegnati al sacerdote, usati per fare delle croci da mettere nei campi. Il 3 Maggio, festa della Inventio Crucis, veniva preparata dal capofamiglia una croce con un bastone di nocciolo tagliato nella parte superiore per incastrarvi una candelina benedetta il giorno della candelora e un ramo di ulivo della domenica delle palme. La croce veniva piantata nei campi coltivati in mezzo ai cereali per allontanare le negatività (POLIA, M. 2002).

Illustrazione 19: La "scerpa", grande cesto per la raccolta delle castagne.

CRASSULACEAE

Umbilicus rupestris (Salisb.) Dandy (ombelico di Venere)

Nomi locali: recchiozze (Contigliano)

Principi attivi: olio volatile, mucillagini, gomme, trimetilamina, malato di calcio.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: impacchi di foglie pestate su ferite a scopo disinfettante ed emostatico (Contigliano), su foruncoli a scopo maturativo (Poggio Catino).

CRUCIFERAE

***Brassica oleracea* L.** (cavolo comune)

Nomi locali: boccia (S. Elia) broccolo (Contigliano) verza (Rieti)

Principi attivi: proteine lipidi vitamine A B1 B2 B6 H H1 K E U D2, oligoelementi, nichel, acido glicuronico, triptofano, treonina, metionina, lisina, resina, essenza solforata**.**

USI TRADIZIONALI

Medicinali: foglie pestate applicate su contusioni o distorsioni; il succo su infiammazioni oculari; foglie finemente tritate su ferite a scopo cicatrizzante o emostatico (Contigliano).

Impiastro con semi di lino e olio per dolori articolari e reumatici (Petrella Salto).

***Capsella bursa-pastoris* (L.) Medicus** (borsa pastore).

Nomi locali: erba borsa (Rieti).

Principi attivi: colina, acetilcolina, tiramina, acido protocatetico, inositolo, saponine triterpeniche, flavonoidi, diosmina e rutina, sali di potassio, tannino.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di foglie a scopo emmenagogo (Greccio).

***Diplotaxis erucoides* (L.) DC.** (ruchetta violacea)

Nomi locali: rapacciola **(S. Elia).**

USI TRADIZIONALI

Alimentari: foglie basali anche con altre erbe saltate in padella dopo essere lessate (Contigliano).

***Diplotaxis tenuifolia* (L.) DC.** (ruchetta selvatica)

Nomi locali: rughetta (Rieti)

Principi attivi: solfuro di allile, diplotaxilene, butilene, vitamina C, glucosidi, enzimi, sali organici, pectine.

USI TRADIZIONALI

Alimentari: foglie fresche nell'insalata (Rieti).

***Nasturtium officinale* R.BR.** (crescione d'acqua).

Principi attivi: essenza simile a quella della Coclearia, vitamina A, β-carotene, vitamina C, B1, B2, acido nicotinico, ferro, zinco, rame, manganese, arsenico, iodio, glucosidi solfotiocianici.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: mangiato crudo a scopo diuretico e disintossicante (Contigliano).

CUCURBITACEAE

***Cucumis sativus* L.** (cetriolo)

Nomi locali: citriolo (S. Elia).

Principi attivi: tracce di olio essenziale, aminoacidi, vitamina C e carotene, sostanze pectiche, cucurbitacine, pirazoli nei semi, stigmastenolo (frutti).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: fettine di frutto si applicavano su irritazioni, screpolature, scottature della pelle (Contigliano).

CUPRESSACEAE

Juniperus communis* L. subsp. *communis (ginepro comune).

Nome locale: gineporo (Greccio), ienebule (S. Elia).

Principi attivi: olio essenziale ricco alfa-pinene, cadinene, canfene, terpineolo, juniperina, resina, acidi organici, zucchero invertito.

Illustrazione 20: Juniperus communis L. *subsp. communis (Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

USI TRADIZIONALI

Medicinali: vicino Cittaducale, le bacche di ginepro venivano usate per decotti bevuti mattina e sera a scopo emmenagogo. A Contigliano e Greccio il decotto di coccole veniva usato per sciogliere i calcoli renali.

Alimentari: a Leonessa durante la guerra si preparava un liquore ponendo in infusione per circa 20 giorni in alcool a 95° circa 150 coccole, filtrando ed aggiungendo una scorza di limone, zucchero e acqua. Liquori simili si facevano anche a Petrella Salto e Paganico Sabino. La carne cotta su braci di ginepro acquista un aroma particolarmente invitante.

Domestici: il legno era usato per costruire manici degli attrezzi e i pali delle vigne (Borgo Velino).

Vari: a S. Elia, la pianta del ginepro veniva utilizzata come albero di Natale decorato con galle di quercia. A Collerinaldo veniva decorato con "portogalli" (arance) e fichi secchi.
A Petrella Salto per l'Ascensione si facevano dei falò con ginepri e vi si ballava intorno.

ERICACEAE

Arbutus unedo L. (corbezzolo)

Nomi locali: cerecia marina (Poggio Fidoni).

Principi attivi: tannino, resine, arbutina, metilarbutina, arbutas, flavonoidi, idrochinone.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di foglie come diuretico (Greccio).

Alimentari: lo sciroppo ottenuto dai frutti bolliti veniva usato per fare dolci e biscotti (Contigliano). Frutti per marmellate (Rieti).

Illustrazione 21: Arbutus unedo L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Arctostaphylos uva-ursi **(L) Spreng.** (uva ursina)

Nomi locali: uva arzina (Petrella Salto).

Principi attivi: tannino acido ursolico e glucosidi (arbutina e metilarbutina).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: nella zona del Cicolano si usavano in passato le spremute di bacche di una ursina (Arctostaphylos uva-ursi (L.) Spreng.) come disinfettanti delle vie urinarie.

Alimentari: a Petrella Salto venivano mangiate le bacche.

EQUISETACEAE

***Equisetum* sp.pl.** (equiseti)

Nomi locali: coda cavallina (Contigliano, Greccio, S. Elia).

Principi attivi: sostanze minerali, acido silicico, equisetonina (saponoside), sali di potassio, alluminio e manganese, flavonoidi, steroli, acido ascorbico, acidi organici, alcaloidi tracce (nicotina e palustrine).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: si faceva un decotto con i rametti che veniva bevuto per calmare i dolori addominali (Greccio) o per la gotta (Greccio, Contigliano, Terria).

EUPHORBIACEAE

Euphorbia sp. (euforbia)

Nomi locali: tittimaglio (Leonessa).

Principi attivi: euforbone, alcaloidi, resine, saponine.

USI TRADIZIONALI:

Medicinali: il latice veniva usato sopra calli e porri che poi venivano rimossi meccanicamente (Poggio Mirteto) oppure applicato con una garza sopra denti doloranti (Borgo Velino).

***Mercurialis annua* L.** (mercorella comune)

Nomi locali: mercurella (Poggio Mirteto).

Principi attivi: mercurialina (alcaloide), olio essenziale, principio amaro, glucosidi cianogenici, un colorante azzurro, saponine.

Veterinari: il decotto, purgante, si somministrava a bovini con problemi intestinali (Poggio Mirteto).

***Ricinus communis* L.** (ricino).

Nomi locali: ricinu (Rieti, S. Elia).

Principi attivi: olio con ricinoleina, tossialbumina ricina, acido malico, sostanze amare, resinose, gommose ecc. (semi).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: *"era la donna il medico di casa. Aveva sempre a disposizione l'olio di ricino per il mal di testa e il bruciore di stomaco, l'acqua di cedro per gli svenimenti, la malva per il mal di denti"* (DI MARIO, 1993).

Vari: all'avvento del fascismo le c.d. "squadracce" spesso ricorsero al barbaro uso dell'olio di ricino come purgante forzatamente e violentemente somministrato a dissidenti o oppositori. Si trattava di una forzata ingestione di olio di ricino a simboleggiare la purgazione delle colpe del bolscevismo e la forza del fascismo che induceva alla ragione. Le vittime venivano immobilizzate e costrette a trangugiare il purgante che provocava violenti crisi di vomito e diarrea. Di solito

l'olio di ricino era portato dai "purganti" in grandi contenitori forniti di mestolo oppure veniva prelevato nelle farmacie. A volte, specie in Bassa Sabina medici e farmacisti compiacenti o avversi al fascismo nel confezionare le purghe loro commissionate, diluivano notevolmente l'olio di ricino con liquidi diversi per ridurne l'effetto (DI MARIO, 1993).

FAGACEAE

***Castanea sativa* Miller** (castagno)

Nomi locali: castagnu (un po' ovunque nella provincia).

Principi attivi: tannino, sali minerali, glucoside, saccarosio, glucosio, resine, grassi (foglie).

USI TRADIZIONALI

Alimentari: nella zona montana del territorio reatino era molto usata la farina di castagne. Inoltre si era soliti far essiccare le castagne dette "mosciarelle" per mangiarle poi durante tutto l'anno. Nelle fiere, come in quella di Osteria Nuova, ancora vengono vendute.

Domestici: per la costruzione dei pali per le viti. A Borgovelino, la corteccia di castagno si utilizzava per costruire dei vassoi per far essiccare nei forni i fichi. Le "mordacchie", delle pinze utilizzate per far uscire le castagne dai ricci, venivano realizzate con il legno di castagno o meglio con i polloni del castagno (Borgo Velino).

Illustrazione 22: Le "mordacchie" realizzate con legno di castagno per estrarre le castagne dal riccio.

Artigianali: la "traja" (antica slitta da trasporto) veniva costruita con il legno di castagno (Castel S.Angelo). Il legno di castagno veniva usato anche per la costruzione di ricoveri, capanne, degli infissi, dell'orditura dei tetti, delle travi portanti dei soffitti, delle ruote della "barozza" (una specie di carretto), delle botti, dei tini, dei "bigonzi". A Collerinaldo con il legno di castagno si costruivano i "cajoli", dei grandi recipienti per conservare il fieno.

Il castagno, ma anche il faggio a quote più alte, veniva utilizzato per costruire fontanili e abbeveratoi.

Giochi: le iperplasie che si sviluppavano sulle radici del castagno, avendo spesso forma tondeggiante, venivano tagliate ed utilizzate come palle o come trottole costruendo una punta con un chiodo. A Borgo Velino questi giochi venivano chiamati "saltapicchiu o tiribissu".

A volte, con i polloni del castagno si realizzavano dei fischietti. Il midollo che soprattutto nei mesi di aprile-maggio si stacca dalla scorza, veniva fatto scorrere all'interno del tubicino che si veniva a formare, creando una sorta di fischietto (Castel S.Angelo).

A S. Elia, con vari rametti svuotati si realizzava una sorta di flauto simile al flauto di Pan.

A Borgovelino, si tagliava la corteccia a forma di spirale, si aggiungeva una linguetta di corteccia per realizzare una specie di fischietto.

Credenze: i polloni di castagno venivano battuti sull'altare al buio durante il giovedì Santo. Questo rappresentava le percosse subite dal Cristo nel rito della "scurità" (Collerinaldo).

***Fagus sylvatica* L.** (faggio).

Nomi locali: faggiu (un po' ovunque nella provincia).

USI TRADIZIONALI

Alimentari: le giovani foglie del faggio si mangiavano in insalata (Borgo Velino).

Domestici: a Collerinaldo si costruivano con il faggio anche i bastoni che venivano usati per battere il grano. A volte erano realizzati con legno di castagno.

Artigianali: si costruiva con legno di faggio o di acero "lu maju", un bastone simile ad una mazza da golf che veniva usata come martello (Borgo Velino).

Il faggio veniva usato anche per la costruzione di "capistiri", dei vassoi molto grandi utilizzati anche dai bambini come slittini quando nevicava (Borgo Velino). A Leonessa, la forma priva di fondo in cui veniva sistemata la pasta del formaggio detta "lu circhiu" era realizzata con faggio giovane cosi come le casse mortuarie (POLIA, 2002).

Anche a Poggio Fidoni e a Borgo Velino, i cerchi per il formaggio venivano realizzati in legno di faggio.

Illustrazione 23: "Cerchi" per il formaggio realizzati con legno di faggio.

Vari: il 13 Giugno, per la festa di Sant'Antonio da Padova, gli abitanti delle frazioni di Leonessa si recavano nei boschi tagliavano "stanghe" di legno di faggio trasportandole con i buoi fino al villaggio.

Quindi s'indiceva un'asta dopo la benedezione del legno con la reliquia del Santo (POLIA, M. 2002).

***Quercus pubescens* Willd.** (roverella).

Nome locale: cerqua (Leonessa, Contigliano, Rieti, S. Elia).

Principi attivi: acido quercitannico, gallico ed ellagico, quercite, quercinite (scorza dei rami giovani a primavera).

USI TRADIZIONALI

Alimentari: in tempi duri le ghiande venivano mangiate arrostite (S. Elia) oppure, tostate, erano un

Illustrazione 24: Quercus pubescens Willd. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

A volte per il caffè si usavano anche ceci tostati o cicoria (S. Elia).

Veterinari: la corteccia veniva fatta bollire in acqua. Il decotto veniva somministrato agli animali come disinfettante intestinale (Greccio)**.**

Domestici: la corteccia era usata per la concia delle pelli.

Questa si lasciava essiccare nel forno e poi si macinava. La polvere si scioglieva nell'acqua ed in questa venivano immerse le pelli da conciare.

Dopo circa 20 giorni si raschiavano e si lasciavano asciugare al sole.

Il cuoio che ne risultava veniva utilizzato per la realizzazione di suole per le scarpe (Leonessa).

Sempre a Leonessa, la corteccia di roverella veniva usata a scopo tintorio.

Questa era fatta bollire nell'acqua per circa 30 minuti dove venivano poi immersi gli abiti che dovevano essere tinti. Il colore ottenuto era marroncino.

Artigianali: l'erpice, uno strumento agricolo trainato da buoi che serviva per spianare le zolle, si costruiva con legno di quercia (Castel S. Angelo).

Giochi: sovente tali piante venivano usate anche per i giochi dei bambini. Si facevano delle pipette con ghiande tagliate alle estremità, vuotate e forate per l'inserimento di un bastoncino.[9]

Credenze: a Leonessa, la cenere rimasta dopo la combustione del "ceppo di Natale" (di roverella) fatto bruciare la sera della vigilia, era ritenuta sacra. Secondo la tradizione, la Sacra famiglia aveva visitato il ceppo durante la notte, benedicendolo con la sua presenza. Sullo stesso fuoco era stata preparata la cena di Natale la quale interrompeva la lunga serie di cene frugali con un pasto abbondante innaffiato da bevute e dall'allegria delle famiglie. L'abbondanza trasmetteva al fuoco quella magia e sparsa la cenere sui campi di grano, se ne favoriva la crescita (POLIA, M. 2002). A Poggio Fidoni, la cenere del ceppo di Natale conservata in un sacchetto, si spargeva nei campi il giorno della festa della S. Croce, il 3 Maggio. Nei campi veniva apposta anche una crocetta di legno su cui veniva inserito anche un rametto di palma benedetta a scopo propiziatorio.

A Collerinaldo le galle venivano chiamate "cucculi" e venivano portate alle gestanti per prevedere il sesso del nascituro. Se all'interno della galla vi era la "mosca" (probabilmente la pupa dell'insetto), la gestante avrebbe avuto una femmina, viceversa se ci fosse stato una larva, il nascituro sarebbe stato maschio.

Vari: le galle, a S. Elia dette "pallacucche" venivano usate per addobbare l'albero di Natale (a volte si incartavano con carta colorata).

GENTIANACEAE

***Centaurium erythraea* Rafn.** (centaurea minore)

Nomi locali: centofiuri (Petrella Salto)

Principi attivi: glucosidi amari: eritaurina, eritrocentaurina, flavonoidi, triterpeni, steroli, acidi fenolici, alcaloidi piridinici e actidinici, acidi grassi.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infuso come regolarizzatore della pressione arteriosa e delle funzioni epatiche (Petrella Salto).

Domestici: il decotto di tutta la pianta veniva usato a scopo tintorio per ottenere nei tessuti un colore giallo-verdastro (Borbona).

***Gentiana lutea* L.** (genziana maggiore).

Nomi locali: genzàna (Leonessa).

---

9 "*Nonno cacciava fori ru cortellu e tagliava quattro o cinque ghiande 'ncima, poi e votava, ce facea nu bucittu a latu cò nu zeppittu, affilava proprio issu, lu 'nfilava in quillu stissu bucittu e ce daea a tutti una pipetta…"*(Greccio). Tratto da" Università della Terza età- Unitre- Rieti laboratorio dialettale- Appena ieri, istantanee sul passato in una raccolta di testi in lingua e in dialetto- Comune di Rieti (1998)".

Principi attivi: glucosidi amari, amarogentina, genziamarina, acido genziotannico, genziosterina, oli, zucchero, pectina, emulsina.olli, zucchero, pectina, emulsina.

Illustrazione 25: Gentiana lutea L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il macerato della radice probabilmente in acqua, era somministrato per abbassare l'eccessiva pressione sanguigna o per regolarizzare la stessa (Capradosso). Si assumeva come aperitivo (Greccio) o come digestivo (Poggio Bustone) il macerato in vino della radice. L'infuso veniva usato per disturbi di fegato (Petrella Salto).

Alimentari: in passato si faceva grande uso della radice per farne dei liquori.

Veterinari: a Leonessa, si metteva insieme alla biada e si dava agli animali come nutriente.

Vari: le foglie erano fumate come il tabacco (Petrella Salto). Era molto raccolta sul M. Nuria e sul M. Terminillo soprattutto dai raccoglitori di erbe di Poggio Bustone.

GRAMINACEAE

***Agropyron repens* (L.) Beauv.** (gramigna comune).

Nome locale: falasco, gramigna (Rieti, S. Elia, Contigliano).

Principi attivi: sostanza mucillaginosa triticina (fruttosano) essenza in tracce costituita da agropirene e vanilloside, sali di potassio, levulosio (rizoma).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: l'infuso degli steli era usato come "rinfrescante" facendo bollire un mazzetto di gramigna in mezzo litro d'acqua (Leonessa).

A Borgo Velino tale infuso veniva usato per i dolori addominali.

Ad Antrodoco infusi e decotti si facevano con i rizomi.

Veterinari: i rizomi della gramigna venivano dati in pasto agli animali con problemi intestinali (Antrodoco).

Giochi: la gramigna o altre graminacee venivano usate dai bambini di Collerinaldo per il crudele gioco del "filemaria" o "zippinculu". Si prendeva uno stelo e si infilava nella parte terminale dell'addome di farfalline nere (*Amata phegea* L.) che venivano lasciate poi libere formulando la formula: "*Fila fila Maria, fa le carzette 'ncelu Maria*".

***Arundo donax* (L.)** (canna domestica).

Nomi locali: cannuccia, mazzocche le radici (Contigliano).

Principi attivi: sostanza glucosidica, mucillagini, amido, zucchero, oli essenziali, tracce di alcaloidi (foglie).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: con il decotto di rizomi fatto bollire a lungo erano curate le coliti ed infezioni dell'intestino (Contigliano).

Domestici: il fusto è ancora usato in agricoltura per sostenere fiori, arbusti e piante rampicanti. Quando si mieteva il grano a mano con il falcetto ("sericchiu"), per proteggere le dita si facevano con la cannuccia delle protezioni.

Giochi: con le canne si costruivano delle cerbottane.

***Cynodon dactylon* (L.) Pers** (gramigna comune)

Nomi locali: ramaccia (S. Elia) ramiccia (Capradosso).

Principi attivi: fruttosano, triticina, mannitolo, inositolo, acido malico, mucillagini, saponina, vanilligloside, amigdalina, agropirene in olio essenziale, acido silicico, sali di potassio e di ferro, vitamine A, B, amido, cinodina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infuso di gramigna e malva usato come "rinfrescante" (Petrella Salto).

Alimentari: piantina fresca immersa in pastella e fritta (Rieti).

Credenze: il decotto veniva lasciato all'aperto per una notte prima dell'uso come "rinfrescante" (Poggio Mirteto).

***Hordeum vulgare* L.** (orzo coltivato)

Nomi locali:

Principi attivi: ordenina (alcaloide), ordeina, maltosio, destrina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di semi bevuto con il miele come "rinfrescante" (Greccio).

***Triticum aestivum* L.** (frumento)

Nomi locali: ranu (S. Elia, Contigliano, Poggio Fidoni).

Principi attivi: lucosina e globulina, vitamine, sali minerali e un olio (tocoferolo) molto ricco di vitamina E, steroli, amido, gliceridi di acidi insaturi, destrina, cellulosa, glutine.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: cariossidi cotti e posti su infiammazioni cutanee (Collevecchio), oppure cataplasmi con farina per la stessa finalità (Magliano Sabina). Decotto di semola sciolto in acqua calda per pediluvi (Poggio Fidoni). Mollica di pane e lievito venivano applicati su ascessi dentari per lenire il dolore e l'infiammazione (Capradosso).

Domestici: legumi secchi si mettevano in ammollo prima della cottura con farina e sale per renderli piu' morbidi (Capradosso).

***Zea mays* L.** (granoturco).

Nomi locali: scartoccio (Rieti, S. Elia), barbe- gli stili (Greccio).

Principi attivi: saponine, olio grasso, sali di potassio e calcio, tannini, sitosteroli, allantoina, acido salicilico, glucosio, maltosio, mannite (fiori), acidi grassi insaturi (olio dei germogli), amido (semi).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: sugli arrossamenti della pelle veniva applicata farina di mais passata al setaccio e scaldata (Capradosso).

Decotti di stili di mais venivano usati come diuretici (Piana reatina, Greccio, Contigliano).

Domestici: le pannocchie sgranate dette "stuzzichi" erano usate per accendere il fuoco (S. Elia).

Le pannocchie venivano "scamiciolate" per farne dei materassi. Le brattee più tenere (gentili) venivano infatti usate per riempire dei sacconi di canapa che servivano da materassi ("pajacci") per rustici letti (POLIA, M. 2002). A. S. Elia tali materassi erano chiamati "pajericci".

Vari: le brattee, insieme a fogli di giornale e cicche di sigarette lasciate a terra dai benestanti, rappresentavano i costituenti di "proletarie" sigarette.

Illustrazione 26: Aesculus hippocastanum L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

HIPPOCASTANACEAE

***Aesculus hippocastanum* L.**

(ippocastano).

Nomi locali: castagno falso (Greccio), castagno pazzo (Rieti).

Principi attivi: vari saponosidi triterpenici tra cui l'escina, derivati flavonici (castagne), tannini, derivati cumarinici.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: le castagne lasciate macerare nella grappa per alcuni giorni erano impiegate nei massaggi per i dolori alla schiena (Greccio). Anche a Borgo Velino l'impiastro era usato per i reumatismi.

IRIDACEAE

***Iris germanica* L.** (giglio paonazzo)

Nomi locali:

Principi attivi: acidi grassi, alcooli aldeidi, chetoni, ironi (odore di violetta), resina, tannino, amido.

USI TRADIZIONALI

Vari: i fiori erano usati nella realizzazione delle "infiorate" della festa del Sacro Cuore (Poggio Moiano).

JUGLANDACEAE

***Juglans regia* L.** (noce comune)

Nome locale: le nuci (S. Elia, Rieti).

Principi attivi: tannino, olio volatile, acidi ellagico e gallico, colorante, inositolo, derivati flavonici, sostanza amara juglone (foglie), olio grasso, vitamina C (mallo).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: a Magliano Sabino le foglie fresche pestate venivano applicate su ferite e coperte con una garza a scopo cicatrizzante. A Greccio impiastri di foglie pestate e olio d'oliva erano usati contro l'acne. Il mallo veniva tritato e posto sulla cute affetta da alopecia e calvizie (Greccio)

Alimentari: molto diffuso nella provincia il liquore "nocino".

Domestici: il mallo e la radice venivano usati a scopo tintorio per ottenere un colore rispettivamente giallino e marroncino (Leonessa, Cittaducale).

Illustrazione 27: Juglans regia L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Credenze: in tutta la provincia, il giorno della festa di S. Giacomo e S. Filippo, si usava fare "lu calende" (in altre zone di Rieti si chiamava "lu calenne"). Si prendeva un gheriglio di noce e si immergeva in un bicchiere di vino. Si formulava poi una frase rituale e se la noce fosse andata a fondo sarebbero arrivati momenti nefasti mentre l'anno sarebbe stato positivo se il gheriglio fosse tornato a galla.

La formula pronunciata era: "*San Jacu e San Filippu che bè 'na orde l'anno, famme sapè se est'annu reengo 'ncapo all'anno. Se campa abbonna, se more affonna"*.

Vari: a Leonessa, la sera del 5 di gennaio verso le 22, gli adolescenti si recavano nelle varie case augurando felicità per il nuovo anno. Scopo di queste visite era meramente beneagurante e non quello di ricevere regali, sebbene a volte si regalassero comunque ai giovanetti fichi secchi e noci. Questa usanza era chiamata "*butta li puci"* (POLIA, 2002).

LABIATAE

***Calamintha nepeta* (L.) Savi** (mentuccia comune)

Nomi locali: menduccia (S. Elia) mentuccia (Rieti).

Principi attivi: olio essenziale, tannini, sostanze pectiche.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: la pianta tagliuzzata finemente con aglio veniva somministrata a scopo antielmintico (Capradosso). Infusi di foglie bevuti a scopo digestivo (Magliano Sabino) o contro dolori addominali (Capradosso).

Alimentari: nel sugo delle lumache (Rieti), sui carciofi alla "giudia", cotti in pentola con molto olio (Rieti), sui fagiolini lessi (Rieti). Pesto con foglie di mentuccia, aceto, aglio, olio per la carne (Magliano Sabino), nella frittata (S. Elia).

***Clinopodium vulgare* L.** (clinopodio dei boschi)

Nomi locali: basilico invernale (Torri in Sabina), origano selvatico (Rieti).

Principi attivi: tannino, principi amari, olio essenziale con timolo, carvacrolo, cimolo, α-thuyone, α-terpinene, linalolo; acidi rosmarinico e caffeico, flavonoidi.

USI TRADIZIONALI

Alimentari: le foglie fresche usate per aromatizzare i liquori (Magliano Sabino).

***Lavandula* sp. pl.** (lavande).

Nomi locali: spighetta (Magliano Sabino), spiga (Rieti).

Principi attivi: olio etereo con carburi terpenici, alcooli terpenici liberi, geraniolo, borneolo, esteri del linalolo, cineolo e canfora (fiori).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: l'infuso di fiori serviva come antitussivo e stomachico (Magliano Sabino). Il decotto

di fiori serviva per rinfrescare l'alito (S. Elia).

Domestici: con i rami di lavanda si facevano dei mazzetti a forma di fuso per profumare la biancheria nei cassetti e per preservarla da tarme (Rieti, Poggio Fidoni, S. Elia).

Credenze: nel giorno della festa di S. Giovanni (Poggio Moiano), si poneva la pianta in infusione con altri fiori ed erbe profumate, si lasciava fuori la notte affinché fosse benedetta dal passaggio del Santo e ci si lavava il mattino seguente.

***Marrubium vulgare* L.** (marrubio)

Nomi locali:

Principi attivi: mucillagini, tannini, resine, acido ursolico, colina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infusi contro malattie da raffreddamento (Poggio Bustone).

Mentha sp.pl (menta)

USI TRADIZIONALI

Medicinali: alcune foglie nell'insalata a scopo antielmintico o in infuso come dissetante, digestivo, contro l'alitosi (Contigliano). Strofinato su punture di insetti per ridurre prurito ed infiammazione (Greccio).

Alimentari: come erba aromatica in varie ricette. Famosa a Rieti la "trippetta" con la menta.

Domestici: le foglie messe in sacchetti come deodorante per la biancheria e per la dispensa (Poggio Mirteto).

***Mentha x piperita* L.** (menta piperita)

Nome locale: mènta

Principi attivi: olio essenziale contenente mentolo, terpeni (pinene, fellandrene, limonene, mentone, mentofurano, iasmone), alcooli, aldeidi, tannino, amari (sommità fiorite, foglie).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infusi di foglie di menta piperita, timo e salvia erano bevuti per calmare tossi persistenti (Magliano Sabino).

Credenze: per la festa dell'Ascensione si preparava "l'acqua odorosa" con petali di fiori vari, rose e menta piperita, lasciata sul davanzale sarebbe stata benedetta dalla Madonna durante la notte. Il giorno successivo veniva usata dalle donne per lavarsi (Rieti)[10]. A Poggio Fidoni c'era la stessa usanza. La menta piperita veniva chiamata l'erba di Santa Maria.

10 Università della Terza età - Unitre- Rieti laboratorio dialettale - Appena ieri, istantanee sul passato in una raccolta di testi in lingua e in dialetto - Comune di Rieti (1998)

***Ocymum basilicum* L.** (basilico)

Principi attivi: oli essenziali tra cui eugenolo, linalolo, limonene, anetolo, pinene, estragolo e vitamine A, C e E, sali minerali, saponine e sostanze glucosidiche.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infusi a scopo digestivo, come disinfettanti del cavo orale e di ferite (Magliano Sabino). Le foglie fatte macerare con olio di oliva, venivano applicate sulle zone della pelle in cui erano penetrate schegge di legno o spine che successivamente venivano rimosse con facilità.

***Origanum majorana* L.** (maggiorana)

Nomi locali: persa (S. Elia, Paganico, Leonessa).

Principi attivi: olio essenziale contenente composti di natura alcoolica e carburi terpenici, acido rosmarinico, tannini, principio amaro (pianta alla fioritura).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infuso di sommità fiorite per favorire la digestione (Poggio Mirteto). L'infuso dei fiori bevuto per combattere l'alitosi (Contigliano).

Alimentari: è comune l'uso aromatizzante. Usato per ragù, sughi, pesce, polpette, trippa e panzanella (Cittaducale). Tipico l'uso nelle "fregnacce", caratteristica pasta fatta in casa simile ai maltagliati, noti anche in altre regioni (Rieti).

La maggiorana veniva spesso utilizzata con il lardo e l'olio ridotta in poltiglia detta "battuto" da mescolare alle minestre (S. Elia).

Origanum vulgare L. (origano comune)

Nomi locali: rigano (Poggio Bustone).

Principi attivi: olio essenziale contenente terpinene, carvacrolo, timolo, mircene, cariofillene, cineolo; tannini, resina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: con il decotto di foglie si facevano pediluvi rinfrescanti (Greccio).

***Rosmarinus officinalis* L.** (rosmarino)

Nomi locali: strommarina (S. Elia) smarino (Greccio) stramarina (Poggio Bustone).

Principi attivi: olio essenziale ricco di terpeni, tannini, derivati triterpenici, resine, pigmenti flavonici.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infusi di rametti per bibita digestiva (Antrodoco). Macerato di foglie e fiori e olio d'oliva applicati sulle zone dolenti in caso di reumatismi (Greccio). Decotto applicato sulla cute contro la calvizie (Contigliano). Vapori delle foglie poste sulle stufe respirati per asma e malattie da raffreddamento (Albaneto).

Domestici: le sommità fiorite in sacchetti come deodorante per biancheria (Contigliano).

***Salvia officinalis* L.** (salvia).

Nomi locali: sarvia (Rieti, S. Elia, Magliano Sabino).

Principi attivi: olio essenziale contenente 30% di tuione, 15% di cineolo, canfora, tannini, amari (picrosalvina) acido ursolico, flavonoidi, resine, saponina acida, mucillagini, asparagina, borneolo.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infusi e decotti erano consumati a scopo digestivo (Magliano Sabino) e in caso di gastrite ed acidità di stomaco (Greccio, Contigliano). Tisane di limone e salvia venivano usate per disturbi intestinali (Cittaducale) e per il mal di gola.

Vari: foglie fresche venivano strofinate sui denti per sbiancarli.

***Stachys officinalis* L. Trevisan** (betonica comune).

Nomi locali: betonica (Leonessa).

Principi attivi: tannini, olio essenziale, alcaloidi betaina, colina, stachidrina, betonicina, turicina, gomme, resina (foglie).

Illustrazione 28: Stachys officinalis L. Trevisan. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

USI TRADIZIONALI

Vari: le foglie venivano fumate come tabacco (S. Elia, Leonessa).

***Thymus serpyllum* s.l.** (serpillo)[11]

Nomi locali: serpullu (S. Elia) serpuju (Leonessa), serpillo (Poggio Moiano).

Principi attivi: olio essenziale (timolo, cimolo ecc) tannini, sostanza amara, saponina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: l'infuso di giovani rametti e foglie era bevuto per favorire la digestione e eliminare gonfiori addominali (Collevecchio). A Contigliano usato come digestivo. A Magliano Sabino alcune foglie fresche venivano strofinate su piccole ferite a scopo cicatrizzante.

Alimentari: adoperato in cucina per aromatizzare.

Credenze: a Castel di Tora la sera della vigilia dell'Ascensione si poneva fuori dalla finestra un bacile pieno d'acqua con menta piperita, maggiorana serpillo e assenzio insieme ad una candela che

11 Il binomio *Thymus serpyllum* L. in senso stretto si applica ad una specie diffusa nell'Europa Centrale e in Scandinvia e estranea alla flora italiana: le indicazioni vanno riferite a numerose specie presenti nel nostro territorio nel loro complesso che si presentano in forma abbastanza simili (*Thymus glabrescens* Willd. subsp. *decipiens*, *Thymus longicaulis* C. Presl subsp. *longicaulis*, *Thymus praecox* Opiz subsp. *polytrichus*.)

rimaneva accesa tutta la notte. L'acqua era usata per lavarsi il mattino seguente.

Anche ad Ascrea si preparava un'acqua profumata dall'infusione di serpillo e altre piante aromatiche la sera della vigilia dell'Ascensione. Il giorno dopo ci si lavava.

LAURACEAE

***Laurus nobilis* L.** (alloro)

Nomi locali: làuru (Rieti).

Principi attivi: olio volatile contenente cineolo, eugenolo, principio amaro, mucillagini, tannini, resine (foglie), olio grasso (25%) fino al 3% di olio volatile composto da cineolo, geraniolo, linalolo, laurina e laurostearina, zuccheri, gomme, tannini (drupe).

Illustrazione 29: Laurus nobilis L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

USI TRADIZIONALI

Medicinali: i frutti venivano ingeriti come rimedio contro le punture di scorpioni (Greccio). L'infuso con foglie di alloro veniva utilizzato per dolori addominali e aerofagia (S. Elia, Cittaducale). Infusi di foglie in caso di gastrite (Capradosso).

Macerato di drupe e olio di oliva applicato su parti doloranti per reumatismi (Poggio Mirteto). Lo stesso macerato veniva frizionato su contusioni o slogature. Decotto di foglie di alloro e salvia applicato sul capo contro la calvizie (Leonessa).

Alimentari: a Rieti l'alloro veniva usato per aromatizzare i fegatelli di maiale e per un dolce tipico di Natale di Rieti ,"la copeta" (si mescolava miele e nocciole tritate e dopo una cottura prolungata il preparato si stendeva tra due foglie di alloro).

Vari: le corone dei morti si realizzavano con alloro, ulivo e fiori (Rieti). Dei rami di alloro veniva usati anche per gli addobbi pasquali. Spesso veniva inserito nella "rastrellera" delle pentole (S. Elia).

LEGUMINOSAE

***Cytisus scoparius* L.** (ginestra dei carbonai)

Nome locale: jnestra (Greccio), inestra (Leonessa).

Principi attivi: citisina, alcaloide che può dare avvelenamenti molto gravi

USI TRADIZIONALI

Domestici: grazie ai rami flessibili la pianta è tuttora usata per legare ortaggi e viti (Rieti, S. Elia, Greccio, Leonessa) e per creare canestri e panieri (Leonessa). Una volta il legno era ricercato come combustibile per il forno a legna per fare il pane (Leonessa).

Artigianali: durante la transumanza che iniziava i primi di ottobre, i pastori partivano da Leonessa guidando le loro greggi alla volta della campagna romana. Giunti sul luogo prescelto per il pascolo invernale si costruiva una grande capanna: nei tempi più antichi per la costruzione si usavano giunchi di palude chiamati *scàrsiche* mentre per il tetto erano utilizzati fasci di ginestre (*scupìti*). Il tetto era sormonato da una croce. La pianta della capanna era tonda o ovale. Dentro la capanna erano costruiti i letti per pastori, generalmente a due piani detti *rapazzole* formati da una intelaiatura di rami. Su di essi era sistemato uno strato di fascetti di paglia sovrapposti chiamati *paltriccia* sul quale venivano stese pelli di pecora (POLIA, M. 2002).

Giochi: si facevano dei fascetti di ginestra su cui i bambini più audaci scivolavano lungo le discese (Greccio).[12]

Vari: a Leonessa, verso la fine di settembre veniva praticata la *cèsa*, ossia il taglio degli arbusti (specie ginestra) nei campi da coltivare. Gli arbusti venivano lasciati essiccare al sole venivano bruciati e le ceneri, al momento dell'aratura venivano mescolate alla terra fertilizzandola (POLIA, M. 2002).

A Maggio, il giorno dell'Ascensione, ogni famiglia davanti alla propria casa faceva un fuoco con piante sradicate di ginestra. I giovani a cavallo facevano le gare di salti dei fuochi (Collerinaldo). I fiori delle ginestre si usano molto in tutte le infiorate laziali, soprattutto nella processione del Corpus Domini. Alla festa della Madonna del Santo Amore nell'ultima settimana di settembre, ad Antrodoco si preparava una infiorata utilizzando fiori di ginestra e rosa. Si univano poi calici della *Silene vulgaris* Moench Garcke che scoppiavano una volta calpestati.

Anche a Collerinaldo il 2 Luglio, il giorno della Madonna delle Grazie veniva fatta una infiorata con

12 Università della Terza età - Unitre- Rieti laboratorio dialettale - Appena ieri, istantanee sul passato in una raccolta di testi in lingua e in dialetto - Comune di Rieti (1998)

fiori di ginestra e vescicaria.

***Colutea arborescens* L.** (vescicaria).

Nomi locali: vescicaria (un po' ovunque).

Principi attivi: acido coluteico, principio amaro analogo alla citisina, tannini, olio essenziale (foglie), olio grasso (semi).

USI TRADIZIONALI

Vari: per la festa della Madonna del Santo Amore nell'ultima settimana di Settembre, ad Antrodoco si preparava una infiorata utilizzando fiori di ginestra e rosa. Si univano poi calici di vescicaria che scoppiettavano al passaggio della Processione.

Anche a Collerinaldo, il 2 Luglio, il giorno della Madonna delle Grazie venivano realizzate infiorate simili.

***Lupinus albus* L.** (lupino bianco)

Nomi locali: fusaie (Rieti).

Principi attivi: lupanina, acido citrico e alcuni acidi organici, resine, oli e piccole quantità di principi di natura chimica dotati di proprietà ipoglicemizzanti. I semi contengono anche alcaloidi affini al gruppo della sparteina e sono fonte di ferro, potassio fosforo e vitamine B1, A e C, acidi grassi essenziali Omega-3 e Omega-6, tiamina e riboflavina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: semi essiccati e macinati per la cura del diabete (Greccio), decotto di semi secchi come regolatore pressorio (Contigliano).

***Robinia pseudacacia* L.** (robinia).

Nomi locali: acascia (S. Elia).

Principi attivi: tossialbumina robina, rubinina, asparagina, invertina, essenze profumate (fiori).

Illustrazione 30: Robinia pseudacacia L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

USI TRADIZIONALI

Medicinale: il decotto di fiori era usato per dolori addominali (Poggio Moiano).

Domestici: il legno di robinia veniva usato per realizzare manici per attrezzi agricoli (Borgo Velino).

Vari: i fiori si usavano nelle infiorate di Poggio Moiano e Petrella Salto.

***Spartium junceum* L.** (ginestra comune)

Nomi locali: ginestra ovunque.

Principi attivi: nel fiore e nei semi un alcaloide, la citisina.

USI TRADIZIONALI

Domestici: rami flessibili usati come legacci in agricoltura (Leonessa), usati per la realizzazione di cesti (Leonessa).

Artigianali: in passato i rami venivano utilizzati per costruire capanne (Rieti).

Credenze: il giorno della festa di San Giovanni i giovani saltavano i falò fatti con piante di ginestra per allontanare il male (Capradosso).

Vari: fiori per le "infiorate" (Rieti, Petrella Salto, Poggio Moiano, Poggio Mirteto).

***Vicia faba* L.** (fava).

Nome locale: i scafi (S. Elia), le scafette (Rieti).

Principi attivi: glicoalcaloidi derivanti dalla purina (vernina, vicina, convicina).

USI TRADIZIONALI:

Alimentari: le punte (cime tenere) si mangiavano in insalata (Capradosso, Poggio Fidoni). Le fave in tutta la zona di Rieti vengono consumate fresche con pecorino oppure in pinzimonio. Cotte, con olio, sale, pepe e cipolla, costituiscono un piatto caratteristico detto "scafata" (Greccio, Rieti).

Veterinari: a S. Elia, la pianta verde è usata come foraggio per i bovini.

***Vicia sativa* L.** (veccia dolce)

Nome locale: veccia

USI TRADIZIONALI:

Alimentari: i semi venivano utilizzati in tempi di carestia anche per farne il pane. Da qui il detto leonessano "ntempu de carestia, pà de veccia" (POLIA, M. 2002).

***Vicia villosa* Roth ssp.** (veccia villosa)

Nomi locali: veccia (S. Elia).

USI TRADIZIONALI

Vari: fiori nelle "infiorate" durante feste religiose (Poggio Moiano).

LILIACEAE

***Allium cepa* L. (cipolla)**

Nomi locali:

Principi attivi: essenza volatile e lacrimogena con disolfuro di allilpropile, metil e propilalliina, flavoni, fruttosani e altri zuccheri, acido glicolico, flavonoidi, tracce di composti polifenolici, glucoside dell'acido oleanolico, vitamine A, B, C (bulbo).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: per il raffreddore si faceva un decotto del bulbo con latte (Contigliano, Greccio). Cipolle crude e cotte erano consumate a Leonessa a scopo antiurico, a Contigliano e a Poggio Fidoni a scopo diuretico e come antisettiche urinarie. A Poggio Bustone, alcune fettine di bulbo si applicavano sulle carie dei denti a scopo disinfettante.

Il decotto con latte e bulbi tagliati finemente venivano bevuti per le malattie respiratorie (piani S. Elia). I bulbi cotti venivano usati contro la gotta (S. Elia) e tagliati e uniti a formaggio pecorino venivano applicati su acne per la cura dei foruncoli (Petrella Salto).

Alimentari: la cipolla era il principale ingrediente di un piatto povero tipico reatino: "l'acqua cotta". La cipolla e il sedano venivano fatti soffriggere con il guanciale e con il pomodoro.

Successivamente veniva aggiunta dell'acqua. Tale brodo veniva poi messo su alcune fette di pane tostato.

***Allium sativum* L.** (aglio)

Nomi locali: ajo (Greccio), agliu (S. Elia, Rieti), fietta ovvero treccia d'aglio (S. Elia, Rieti, Greccio).

Principi attivi: olio essenziale con disolfuro e trisolfuro di allile, disolfuro di allilpropile, alliina, allicina, metilallicina e ciclo-alliina, fruttosani, vitamine.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: gli spicchi si strofinavano sulle punture di insetti (Leonessa). Come callifugo applicando sui calli una sottile parte di spicchio da rinnovare frequentemente (S. Elia). A volte si schiacciava qualche spicchio ed impastato con grasso di maiale, si applicava sui calli che venivano tenuti fasciati per una intera notte (Greccio). L'aglio mangiato crudo, preso a spicchi per molte mattine consecutive era considerato rinfrescante (Rieti).

Per regolare la circolazione sanguigna ed abbassare il tasso di colesterolo nel sangue si faceva un macerato di spicchi d'aglio e alcool puro in uguali quantità e si prendevano per 20 giorni alcune gocce del filtrato (Contigliano). Anche l'uso vermifugo era assai noto.

Alimentari: il bulbo, triturato è posto in salsicce, nella "porchetta" (Poggio Bustone) ed è pure strofinato sulle mani da chi prepara gli insaccati (Poggio Bustone).

Domestici: a S. Elia, si strofinava l'aglio, come collante, sui frammenti di pentole di terracotta rotte. L'utensile ricostruito ed incollato veniva poi cosparso di farina.

***Asparagus acutifolius* L.** (asparago pungente)

Nomi locali: sparaci (turioni) sparacina (pianta) (S. Elia).

Principi attivi: aminoacidi asparagina e arginina, sarsapogenina, acidi glicolico e glicerico, flavonoidi, sali di potassio, nichel.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto di germogli veniva usato come diuretico o disintossicante (Collevecchio).

Alimentari: i turioni si mangiano comunemente in frittate soprattutto per la colazione di Pasqua e bolliti (S. Elia). Un tempo esistevano soprattutto nella zona di Poggio Bustone gli *sparaciari* che raccoglievano e poi vendevano a Roma gli asparagi nei mercati.

Vari: alla raccolta per la rivendita, anche presso la capitale, degli asparagi selvatici si dedicavano un tempo gli "sparaciari", in genere reatini.

***Asparagus officinalis* L**. (asparago comune)

Nomi locali: sparaci (turioni) sparacina (pianta) (S. Elia).

Principi attivi: asparagina e arginina, sarsapogenina, colina, saponina, tannino, flavonoidi, sali di potassio, nichel.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di rami per la cura delle emorroidi (Greccio); si massaggiava la pelle con turioni e aglio triturati contro le punture di insetti (Contigliano).

***Ruscus aculeatus* L.** (ruscolo pungitopo)

Nomi locali: pungitopo.

Principi attivi: saponine steroidee, glucosidi (ruscosidi), agliconi (ruscogenine), flavonoidi (rutina), cumarine, sparteina, tiramina, tannini, olio essenziale e resine.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di rami giovani a scopo digestivo (Terria).

Alimentari: i germogli, venivano usati in cucina per le frittate (Antrodoco).

Vari: a Collerinaldo nelle cantine, venivano appesi fasci di pungitopo detto "cecasorge" vicino ai prosciutti affinchè i topi non riuscissero ad attaccare le carni.

LINACEAE

***Linum usitatissimum* L. (lino coltivato)**

Nome locale: linu (Rieti).

Principi attivi: mucillagini, pectina, olio grasso (30-40%) con gliceridi di acidi insaturi, glucoside glucoside cianogenetico linimarinoside, sostanze proteiche ecc.

Illustrazione 31: Linum usitatissimum L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

USI TRADIZIONALI

Medicinali: tisane con semi di lino venivano usate per la diarrea, gli impiastri per il mal di denti (Leonessa). Si facevano applicazioni sul torace in caso di bronchiti, con teli che avvolgevano farina di semi di lino cotta in acqua. Spesso lo stesso impiastro si usava sulle ferite infette (Cittaducale).

Nella zona di Concerviano e Poggio Fidoni, si facevano degli impiastri di semi di lino per curare le infiammazioni della pelle. I semi venivano triturati nel mortaio, poi scottati in acqua bollente e applicati localmente oppure avvolti in un fazzoletto che poi veniva posto nella zona interessata.

***Viscum album* L.** (vischio comune)

Nome locale: vischiu (Rieti, Contigliano, Leonessa).

USI TRADIZIONALI

Credenze: a Leonessa era uso da parte delle donne spremere qualche bacca di vischio nel vino per la cura dell'arteriosclerosi dei mariti.

Vari: la poltiglia dei frutti schiacciati con un po' di olio era usata come collante (Contigliano).

Le bacche schiacciate e disposte sopra una tavola di legno erano usate nelle trappole per gli uccelli (Cittaducale).

LORANTHACEAE

***Loranthus europaeus* Jacq.** (vischio quercino)

Nomi comuni:

Principi attivi: viscotossina, acido viscico, aminoacidi liberi, ammine, triterpenoidi, lipidi, vitamina C, mucillagini, glucosidi, flavonoidi.

USI TRADIZIONALI

Domestici: si schiacciavano i frutti con olio e la poltiglia usata come collante (Contigliano, S. Elia).

MALVACEAE

***Althaea officinalis* L.** (altea comune)

Nomi locali:

Principi attivi: mucillagine [glicosano], pectine, amido, asparagina o alteina, flavonoidi, polifenoli, steroli, scopoletolo, zuccheri, grassi, tannini.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto della radice veniva usata per calmare dolori addominali (Greccio).

Veterinari: la radice battuta, trasformata in poltiglia e cotta veniva applicata su ferite e contusioni di animali domestici e da lavoro a scopo antinfiammatorio (Greccio).

***Malva* sp.pl.** (malve selvatiche)

Nomi locali: marva (Rieti, Greccio, Contigliano, S. Elia).

Principi attivi: mucillagini, tannini, glucosio, ossalato di calcio, sostanze resinose e pectiche, vitamine A, B, C, olio essenziale, antocianosidi.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: nel passato, l'impiastro veniva usato per le infiammazioni (Leonessa, Poggio Fidoni, S. Elia, Colle Rinaldo, Contigliano), il decotto della radice come lassativo (Leonessa), per i dolori addominali (zona di Cittaducale, S. Elia), per tosse e catarro (Leonessa).

Illustrazione 32: Malva sylvestris L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

A Villa Colapietro (Leonessa) si appendeva alla finestra un mazzo di foglie di malva intrise di rugiada ("guazza"). Le stesse essiccate e conservate in un sacchetto erano usate durante l'anno per infiammazioni alle gengive e per ascessi. E' ancora attuale la classica applicazione su ascessi dentari con foglie fresche lessate. Gli impiastri di malva venivano usati anche contro l'acne (zona

Concerviano). In caso di emorroidi infiammate erano praticate lavande con il decotto (S. Elia). Gli infusi di foglie erano usati per lavande vaginali e come colluttori (S. Elia, Contigliano).

Veterinari: "l'acqua di malva" veniva somministrata anche a suini con problemi intestinali (Poggio Fidoni). Il decotto, con l'aggiunta di olio rappresentava un purgante per i maiali (Petrella Salto). La malva viene tuttora utilizzata per il "pappone" destinato a galline e tacchini (Rieti, Poggio Bustone).

Credenze: a Leonessa, la notte della vigilia della natività di San Giovanni Battista, ossia fra il 23 e il 24 giugno, si usava raccogliere prima dell'alba la copiosa rugiada depositatasi sulle piante specie sulle foglie e fiori di sambuco ma anche su quelle di malva. Si credeva che la "guazza" di San Giovanni avesse potere terapeutico. In alcune frazioni di Leonessa, per usufruire del benefico contatto con la rugiada ci si recava scalzi ad effettuare la raccolta della malva (POLIA, M. 2002).

Nella frazione di San Vito quando si raccoglieva la malva si usava cingersi i fianchi con un tralcio di vitalba (POLIA, M. 2002).

MORACEAE

Ficus carica L. (fico)

Nomi locali: *ficora* (S. Elia) *fallacianu* (Rieti) *profici* (fichi precoci), *ficora appallonate* (fichi non maturi).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di frutti si applicava su parti affette da reumatismi (Magliano Sabina).

Il latice si applicava su porri e verruche per la successiva rimozione meccanica (S. Elia).

Si beveva il decotto di fichi e uva a scopo antitussivo (Capradosso). Decotti di frutti secchi in caso di infiammazioni del cavo orale (Poggio Mirteto). A Torri in Sabina i frutti mangiati a scopo lassativo.

OLEACEAE

***Fraxinus ornus* L.** (orniello)

Nome locale: ornellu (Rieti)

Principi attivi: d-mannitolo, glucosio, fruttosio ed altri zuccheri, resina, destrine, acido citrico, derivati cumarinici.

USI TRADIZIONALI

Medicinale: la parte interna della scorza era applicata a scopo cicatrizzante sulle ferite (S. Elia, Contigliano, Leonessa) anche sotto forma di fasciatura, similmente alla scorza di olmo.

Veterinari: la parte interna della scorza era applicata anche sulle ferite degli animali (S. Elia).

Domestici: a Collerinaldo con l'orniello o con l'acero veniva realizzato "lu mesticaturu" o lo

Illustrazione 33: "Lu mesticaturu", mestolo con le punte per girare la polenta o il formaggio realizzato con legno di orniello.

"squagliaturu", una sorta di mestolo con le punte per girare la polenta o il formaggio. Anche il cerchio del formaggio ("lu circhiu") a volte veniva realizzato con strisce di legno di orniello (Leonessa). Il decotto della scorza dei rami era usato per tingere la lana o tessuti di un colore giallo-verdastro (Cittaducale). La pianta era una volta sostegno per viti (S. Elia).

Giochi: con i rami svuotati e in cui veniva fatta una piccola incisione, si realizzava una sorta di fischietto (Leonessa). Anche a S. Elia veniva usato come flauto.

Proverbi: "l'ornellu fa lu focu bellu" (S. Elia).

Vari: i pastori fabbricavano dei robusti bastoni con grossi rami (Leonessa).

***Olea europaea* L.** subsp. europaea (olivo)

Nomi locali: liva (Magliano Sabino), le ghie (Leonessa).

Principi attivi: gliceridi degli acidi grassi, vitamine A D E, tracce di oleoeuropeina, glucoside, verbascoside, derivati triterpenici, colina, pigmenti flavonici.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: per calmare irritazioni da punture di insetti (S. Elia). Spalmato sui capelli prima del lavaggio li rendeva lucenti e robusti (Contigliano). A S. Elia, scaldato veniva introdotto a gocce nelle orecchie per sciogliere i tappi di cerume. Nella circondario reatino si era soliti fare l'olio ferrato immergendo un ferro arroventato in dell'olio che scaldato in questo modo, veniva usato per massaggi sul torace nelle bronchiti (Poggio Bustone, Rieti, Cantalice, Petrella Salto).

La cera della candela sciolta e mescolata all'olio venivano usate nella cura delle scottature (Antrodoco, Cantalice, Cittaducale, Petrella Salto).

Credenze: l'olio era usato per verificare la presunta presenza del "malocchio". A seconda della grandezza e della disposizione di goccioline di olio in una bacinella colma di acqua a volte insieme a chicchi di grano, si identificava il sesso dello iettatore e la grandezza del maleficio. A tale pratica si associavano parole magiche segrete e gesti rituali che potevano essere tramandati ad una persona di fiducia solo nella notte di Natale (S. Elia, Petrella Salto, Sigillo, Leonessa, Cittaducale). Nel leonessano nella notte di veglia ai defunti, la tradizione prevedeva che accanto al morto fosse sistemato un bicchiere d'acqua santa nella quale era immerso un rametto d'olivo benedetto. Chi si

recava a visitare il morto lo aspergeva con questo rametto facendo il segno della croce. Era d'obbligo in tale triste circostanza da parte della famiglia offrire comunque ai presenti un caffè d'orzo, a volte corretto con anisetta (POLIA, M. 2002).

Per l'Ascensione, invece, ovunque in Sabina nelle piazze e nei campi si accendevano enormi falò. Le ragazze si accalcavano intorno al fuoco e a seconda dello scoppiettio provocato dalle foglie verdi dell'ulivo gettate nella brace, formulavano previsioni per il loro matrimonio (DI MARIO, R.- 1993).

A Collerinaldo le bambine gareggiavano nell'intrecciare le "palme" benedette con viole primule e mammole che, successivamente venivano benedette. Dopo la benedizione c'era l'usanza che prevedeva di staccare una fogliolina della palma e collocarla sulla "racetta" ovvero un mattone ardente. Se la fogliolina prendeva fuoco era un segno nefasto, viceversa se scoppiettava era segno di lunga vita. La formula che si pronunciava era: "parma beneitta che vè 'na vota l'annu dimme se moro o campo 'nantru annu".

Un rametto di ulivo della domenica delle Palme insieme alla candela benedetta consegnata in chiesa alla festa della "Candelora" veniva posizionato nei campi a scopo propiziatorio (S. Elia).

Vari: foglie nelle "infiorate" di feste religiose (Petrella Salto, Poggio Moiano).

PAPAVERACEAE

***Chelidonium majus* L.** (celidonia).

Nomi locali: cividonica (Greccio, Contigliano, Borgo Velino).

Principi attivi: alcaloidi con caratteristiche oppiacee, olio essenziale, enzimi, acidi malico e chelidonico, sparteina, resine, mucillagini, sostanze colorante chelidoxantina, protopina, berberina, sali minerali (latice).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: nella zona di Antrodoco il latice giallognolo che usciva dai rametti recisi veniva usato per calmare i dolori dei denti e per gli ascessi (Colli sul Velino). A Colli sul Velino la radice colta a maggio giugno era tagliata a pezzi molto piccoli e applicata sui denti doloranti provocandone però la caduta a causa della sua causticità.

***Papaver rhoeas* L.** (papavero comune)

Nomi locali: papavaro (Greccio), papaìne (Capradosso), papaia (Poggio Bustone), papagliena (Petrella Salto).

Principi attivi: alcaloidi readina, reagenina, isoreadina, protopina, molte mucillagini, antocianosidi, resine, amido.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: la tisana di semi di papavero veniva usata per far addormentare i bambini (S. Elia).

A scopo calmante si facevano bere l'infuso di capsule colte in giugno-luglio e private dei semi (Contigliano). Come antitussivo, si faceva un infuso di petali (Leonessa, Greccio).

Veterinari: la pianta fresca si dava in pasto alle galline (Paganico) e alle anatre (Capradosso).

Giochi: a Collerinaldo ma anche a Rieti si giocava con i boccioli ancora chiusi del papavero.

Il gioco si chiamava "frate e monaca" e consisteva nell'indovinare il colore dei petali. Il rosso o il bianco corrispondeva al frate, il rosa alla monaca.

PINACEAE

***Pinus pinea* L.** (pino domestico).

Nomi locali: pino da pignoli (Rieti).

Principi attivi: pineni, sesquiterpeni, acidi resinici.

USI TRADIZIONALI

Alimentari: i semi (pinoli) sono mangiati freschi, o nei dolci (croccanti con zucchero e miele).

Credenze: incisioni sulla corteccia permettevano l'estrazione di resina che una volta essiccata veniva bruciata per allontanare gli spiriti maligni.

PLANTAGINACEAE

***Plantago major* L.** (piantaggine maggiore)

Nomi locali: petacciola (Contigliano), lingua di cane (Rieti).

Principi attivi: allantonina, apigenina, aucubina, baicaleina, vitamina C, acido linoleico, acido oleanolico, acido silicico, sorbitolo e tannino.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto bevuto come astringente o applicato con impacchi su infiammazioni oculari (Greccio). Foglie fresche tagliate sottili su ferite o infiammazioni dermiche (Contigliano Greccio). Usate a mò di fasciatura a scopo cicatrizzante ed emostatico (Magliano Sabino). Foglie pestate e sale si applicavano sugli ematomi per favorire il loro riassorbimento (Contigliano).

POLIGONACEAE

Rumex sp. (romice)

Nomi locali: lengua de cane (Contigliano), romicelle (Capradosso) romice (Poggio Bustone).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: impiastro di foglie tritate insieme all'olio di oliva per la cura dell'acne e su ferite (Capradosso). Foglie pestate e applicate su ascessi dentari e processi infiammatori per lenire dolore e infiammazione (Greccio).

Veterinari: dato in pasto ai bovini come antidiarroico (Contigliano).

***Rumex crispus* L.** (romice crespo)

Nomi locali: lengua de cane (S. Elia).

Principi attivi: acido crisofanico, olio essenziale, tannini, fitosteroli, emodina, ossalato di calcio.

USI TRADIZIONALI

Vari: i frutti nelle "infiorate" di Poggio Moiano.

PRIMULACEAE

***Cyclamen hederifolium* Aiton** (ciclamino napoletano)

Nomi locali: ciclamino (ovunque).

Principi attivi: saponine, mannite, olio essenziale.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: fettine sottili di bulbo applicate localmente per curare le emorroidi (Greccio).

PUNICACEAE

***Punica granatum* L.** (melograno)

Nomi locali: granata (S. Elia).

Principi attivi: pelletierine, tannino, resveratrolo, ossalato di calcio, coloranti nella scorza del frutto.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: spremuta come astringente (Magliano Sabina).

RANUNCULACEAE

***Clematis vitalba* L.** (clematide, vitalba).

Nomi locali: vitarba, vitacchia (Greccio, Contigliano, Rieti).

Principi attivi: protoanemonina, saponine, alcaloide anemonina, canfora, glucosidi, acidi organici (nelle foglie colte a maggio-giugno).

USI TRADIZIONALI

Alimentari: i giovani germogli freschi detti "cimitarole" si mangiano in frittata (S. Elia, Rieti, Contigliano, Greccio) o crudi (Poggio Bustone) anche se è consigliabile cuocerli per togliere una certa tossicità, prerogativa della famiglia.

Domestici: il fusto era usato per legare le fascine (Greccio, Poggio Bustone, Leonessa).

Nella zona di Antrodoco si facevano essiccare le foglie e gli steli per ottenere un preparato per la confezione di sigarini molto piccanti. Tale usanza era molto diffusa anche a Leonessa.

Giochi: a Greccio i bambini costruivano con i lunghi fusti della vitalba, delle corde per saltare.

Credenze: nella frazione di San Vito di Leonessa, quando si raccoglieva la malva aspettando l'alba

di San Giovanni si usava cingersi i fianchi con un tralcio di vitalba (POLIA, 2002).

L'uso di cingersi con la vitalba è documentato anche in Abruzzo. Con la vitalba si cingevano le conche per attingere l'acqua nuova al mattino di San Giovanni. La vitalba veniva quindi conservata per lenire i dolori di capo e di ventre (POLIA, 2002).

ROSACEAE

***Crataegus monogyna* Jacq.** (biancospino comune)

Nomi locali: cacchelle (Leonessa), (S. Elia).

Principi attivi: sostanze flavoniche, olio essenziale con aldeide anisica, derivati triterpenici (fiori), trimetilamina, acidi organici, zuccheri, lattone crategico, tannini, cere, glucoside cianogenetico, oxyacantina, principio amaro crategina (scorza), vitessina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: l'infuso dei fiori era coadiuvante in diete dimagranti (Magliano Sabino, Torri in Sabina), usato nella cura delle vertigini (Torri in Sabina). I fiori essiccati di biancospino venivano utilizzati per fare delle tisane calmanti che favorivano il sonno (Leonessa) e che avevano effetto sedativo (Collevecchio).

Alimentari: le bacche di biancospino si mangiavano nella zona di S. Elia e Rieti come astringenti.

Illustrazione 34: Crataegus monogyna Jacq. subsp. *monogyna (Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

***Cydonia oblonga* Mill.** (cotogno)

Nomi locali: milu cutugnu (S. Elia).

Principi attivi: abbondante pectina nel frutto, mucillagini in particolare pentosani, arabinosio, xilosio (semi), glucoside cianidrico in piccola quantità (foglie).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: la marmellata si usava per regolare l'intestino.

Alimentari: quando ci si recava a casa d'altri per passare una serata accanto al fuoco e per fare una "seduta", ai convenuti si usava offrire delle piccole pere selvatiche ("pere pazze") conservate in un tino d'acqua oppure le mele cotogne ("scianchi") lasciate maturare sotto la paglia (POLIA, M., 2002).

A Cittaducale era diffusa l'usanza di far essiccare mele tagliate a fettine ("carozzi") e castagne ("mosciarelle"). Molto richiesti erano i fichi secchi e le carrube dette "ainelle" nonché gli "spaccarelli" ovvero arance che venivano vendute tagliate a metà.

I "carozzi" si usavano anche a Poggio Fidoni. Le fettine di mele si seccavano nel forno. A volte le mele si lessavano e lo sciroppo si utilizzava per dolcificare.

Domestici: nei cassettoni tarlati si conservava la biancheria con l'aroma della "spiga" (lavanda) e della cotogna (DI MARIO, R.1993). I frutti riposti nei cassetti come deodorante per la biancheria (S. Elia).

***Malus domestica* (Borkh.)** (melo comune)

Nomi comuni: milu (pianta), meluzza (piccolo frutto), (Rieti).

Principi attivi: pectine, acido malico, zuccheri, acido citrico, quercetina, tannino, zuccheri.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infuso come sedativo (Collevecchio) coadiuvante nelle diete dimagranti (Torri in Sabina), nella cura delle vertigini (Torri in Sabina).

Le mele tagliate a spicchi e seccate venivano usate per decotti bevuti per problemi intestinali (Rieti); frutti fatti bollire nel vino bevuto contro i raffreddori (Magliano Sabino). Fettine applicate su infiammazioni cutanee a scopo antinfiammatorio (Magliano Sabino). Contro le malattie respiratorie si bevevano decotti di mela, fichi secchi, malva e orzo (Leonessa).

Alimentari: frutti mangiati come astringenti (Rieti).

***Mespilus germanica* L.** (nespolo volgare)

Nomi locali: nespolu (Rieti).

Principi attivi: vitamina A, vitamine del gruppo B e vitamina C, acido formico, acido cianidrico nei semi.

USI TRADIZIONALI

Vari: foglie nelle "infiorate" per le feste religiose (Poggio Moiano).

***Prunus avium* L.** (ciliegio)

Nomi locali: cerasa (Rieti), cerecia (S. Elia).

Principi attivi: acido malico, acidi organici, sostanza amara (frutti) eteroside amigdalina (nocciolo).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: mangiati contro la gotta, come lassativi, (Magliano Sabino), come diuretici (Contigliano).

***Prunus spinosa* L.** (pruno selvatico)

Nomi locali: pronche (S. Elia) prunche (Petrella Salto).

Principi attivi: glicosidi flavonici, poco glicoside dell'acido cianidrico, composti della curarina, acido malico, saccarosio, pectina, gomma, vitamina C, tannini.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: i decotti di frutti bevuti per curare le malattie da raffreddamento. A volte veniva aggiunto il miele (Leonessa).

Credenze: rami con la punta rivolta verso il basso a "non vedere il sole" venivano appesi nei pollai per allontanare i pidocchi (Petrella Salto).

***Pyrus communis* L.** (pero comune)

Nomi locali: piru (S. Elia).

Principi attivi: acido ursolico (foglie), pectine (semi).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: pere acerbe venivano tagliate a fette e applicate a scopo cicatrizzante sulle ferite (Magliano Sabino).

***Rosa* sp. pl** (rose coltivate)

Nomi locali: rosa (ovunque).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: petali battuti e applicati sulle ferite per una notte come cicatrizzanti (Leonessa).

Credenze: petali e altre piante aromatiche usate per preparare l'acqua profumata che veniva lasciata all'aperto la sera prima della festa di San Giovanni affinché il Santo la benedisse durante il suo passaggio. La mattina dopo ci si lavava per tenere lontane le malattie (Capradosso, Poggio Bustone).

Vari: petali nelle "infiorate" di feste religiose (Petrella Salto, Poggio Moiano).

***Rosa canina* L.** (rosa canina L.)

Nome locale: a Leonessa piròli, a Borgo Velino rattaculi.

Principi attivi: vitamina C, acidi organici, tannino, pigmenti flavonici e carotinoidi.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto di cinorridi secchi alleviava i dolori gastrici (Greccio). Lo stesso preparato attenuava coliche renali (Greccio).

Alimentari: le bacche venivano raccolte per farne delle marmellate (S. Elia, Leonessa). I frutti appassiti erano aperti, mondati di semi e peli e venivano mangiati crudi (Leonessa).

Giochi: a Collerinaldo, con le bacche di rosacanina era uso fare delle collane.

***Rubus ulmifolius* Schott** (rovo)

Nomi locali: spini (Magliano Sabino, Petrella Salto, S. Elia, Capradosso, Greccio, Poggio Bustone).

Principi attivi: tannino, acidi organici, acidi citrico, malico, tartarico, ossalico, sostanze gommose e coloranti, pectina, essenza, grassi, destrosio e levulosio (frutti).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: le foglie si applicavano sulle ferite a scopo disinfettante e per accelerare la cicatrizzazione (Capradosso, Leonessa, Petrella Salto). Le foglie pestate venivano applicate su ascessi (Poggio Bustone, Contigliano, Petrella Salto) e contro l'acne (Concerviano, Capradosso, Contigliano, Poggio Bustone, Petrella Salto). I frutti venivano e vengono usati per gustose marmellate contro il mal di gola.

***Rubus fruticosus* s.l.** (rovo)

Nomi locali: spini (Magliano Sabino, Petrella Salto, S. Elia, Capradosso, Greccio, Poggio Bustone).

Principi attivi: tannino, acidi organici, acidi citrico, malico, tartarico, ossalico, sostanze gommose e coloranti, pectina, essenza, grassi, destrosio e levulosio (frutti).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: contro l'acne venivano usati impiastri di foglie di rovo (Concerviano, Capradosso, Contigliano, Poggio Bustone, Petrella Salto). A scopo cicatrizzante si applicavano le foglie sulle ferite (Capradosso, Leonessa, Petrella Salto). Le foglie pestate venivano applicate su ascessi (Poggio Bustone, Contigliano, Petrella Salto). Le marmellate di more erano e sono usate per il mal di gola.

Alimentari: i frutti sono mangiati in macedonia, in marmellate (S. Elia, Poggio Bustone, Contigliano, Greccio).

Vari: a Petrella Salto si ricorda il detto: “la serpe partorisce sopra lu spinu”.

***Sanguisorba minor* Scop.** (salvestrella minore).

Nomi locali: pimpinella (Rieti, S. Elia).

Principi attivi: essenza, sostanze tanniche (pianta intera).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: le foglioline in insalata hanno scopo digestivo (S. Elia).

Alimentari: qualche fogliolina per aromatizzare l'insalata (S. Elia).

RUBIACEAE

***Rubia peregrina* L.** (robbia selvatica)

Nomi locali:

Principi attivi: glucosio, acido citrico, enzimi.

USI TRADIZIONALI

Domestici: decotti di radici usati a scopo tintorio (Cittaducale, Rieti).

***Sorbus aucuparia* L.** (sorbo degli uccellatori)

Nomi locali: sorbe (frutti, S. Elia).

Principi attivi: acido parasorbico, acido sorbico, tannini, sorbite, pectine, zuccheri, carotenoidi, vitamina C, amigdalina (semi).

Illustrazione 35: Sorbus domestica L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

USI TRADIZIONALI

Alimentari: oggi, soprattutto in alcune regioni, si usano i frutti per gustose marmellate e gelatine. In tempi di carestia, i frutti essendo molto carnosi, venivano macinati e mescolati alla farina per farne il pane.

Le sorbe vengono usate per aromatizzare i liquori e, essendo ricche di vitamina C, per fare degli sciroppi contro la tosse.

Medicinali: frutti maturi freschi venivano mangiati a scopo lassativo mentre i frutti cotti come astringenti (Contigliano). Infatti grandi quantità di frutti freschi possono provocare infiammazioni alle mucose dell'apparato digerente a causa del contenuto di acidi parasorbici, solo dopo la distruzione di questa sostanza, tramite la cottura, si evidenzia l'azione astringente delle pectine e dei tannini.

RUTACEAE

***Citrus limon* (L.) Burm** (limone)-coltivata

Principi Attivi: idrocarburi, monoterpenici, olio essenziale con d-limonene, bisabolene, cadinene.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto di esocarpo (detto canarino) veniva bevuto a scopo digestivo (Rieti).

Domestici: si gettava la buccia nel fuoco o si metteva sotto la cenere come profuma ambiente (Poggio Mirteto, S. Elia).

***Citrus sinensis* (L.) Osbeck** (arancio)-coltivata

Nomi locali: portogallo (S. Elia).

Principi attivi: limonene e linalolo, oli essenziali contenuti nella scorza, esperidina, composto di natura flavonoidica, auraptene, etere geranilico dell'ossicumarina (derivato della cumarina), zuccheri e acidi organici.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di esocarpo e frutto contro le malattie da raffreddamento (Poggio Mirteto).

Alimentari: buccia di arancio nei dolci natalizi reatini (terzetti) e nelle salsicce (S. Elia).

Le olive essiccate vicino al camino venivano condite con olio e bucce d'arancio e conservate in barattoli (Poggio Mirteto).

***Ruta graveolens* L.** (ruta comune)

Nomi locali: ruca (Poggio Mirteto).

Principi attivi: furocumarine e rutarine, alcaloidi chinolonici presenti nell'olio essenziale.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di foglie come antielmintico (Contigliano, Poggio Mirteto, Poggio Catino), frizionato sul capo per combattere i pidocchi (Albaneto), usato anticamente come abortivo (Albaneto).

Veterinari: il decotto veniva somministrato ai bovini per indigestioni o come antielmintico (Poggio Catino).

SALICACEAE

***Salix alba* L.** (salice comune)

Nomi locali: vinghi (S. Elia), sargi (Rieti), sargia (Borgo Velino).

Principi attivi: glucosidi salicina (salicoside) e salicortina, tannino (scorza e foglie).

USI TRADIZIONALI

Veterinari: il salice veniva utilizzato nell'alimentazione degli ovini e bovini che avevano problemi intestinali dopo aver mangiato quantità elevate di erba medica.

Domestici: le scorze di salice erano usate in passato per tingere le stoffe (Cittaducale). Rami di salice

venivano utilizzati per legare le viti (S. Elia, Rieti).

Illustrazione 36: La "corva", grosso cesto per raccogliere l'uva, realizzato con rami di salice.

Artigianali: anche il giogo dell'aratro era costruito con questo legno (Borgo Velino). Con i lunghi rami del salice, del nocciolo o del castagno si costruiva "la corva", un grosso cesto usato durante la raccolta dell'uva (Borgo Velino).

SCROPHULARIACEAE

***Verbascum* sp**. (verbasco)

Nomi locali: barbaraschiu (Poggio Fidoni).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: foglie fresche a mò di fasciatura sulle ferite a scopo disinfettante e cicatrizzante (Greccio). Decotti di pianta usati per impacchi sui seni affetti da mastite (Castel di Tora). Macerato di fiori e vino, filtrato e bevuto contro reumatismi e dolori artritici (Contigliano).

SOLENACEAE

***Atropa bella-donna* L.** (belladonna)

Principi attivi: alcaloidi atropina, iosciamina (che seccandosi è in parte trasformata in atropina), scopolamina, basi volatili, scopoletolo, cuscoigrina (radice).

USI TRADIZIONALI

Vari: era raccolta un tempo nelle montagne del reatino per venderla nelle farmacie. E' una droga estremamente tossica che può causare con facilità avvelenamenti. Nella zona di Leonessa bacche di belladonna erano utilizzate, mescolate in un impasto di grasso pane e carne, per uccidere

addirittura volpi e lupi.

***Capsicum annuum* L.** (varietà diverse) - (peperoncino)

Nome locale: peperongino (Rieti)

Principi attivi: amide aromatica, capsaicina, carotinoide rossa, capsantina, B carotene, flavonoidi, vitmine varie tra cui vitamina C.

USI TRADIZIONALI

Alimentari: è mangiato nei cibi essiccato o sotto forma di olio piccante, è messo in salsicce di fegato (Poggio Bustone), come conservante e aromatizzante.

Veterinari: per favorire gli accoppiamenti nei maiali (per aumentare "il calore"), si strofinava il peperoncino sugli organi genitali delle scrofe (S. Elia).

***Nicotiana tabacum* L.** (tabacco Virginia)

Nomi locali:

Principi attivi: nicotina, alabasina, tannini, resine.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: la polvere di foglie essiccate applicata su ferite a scopo emostatico e cicatrizzante (Magliano Sabino).

***Solanum tuberosum* L.** (patata)

Nomi locali: petata (S. Elia, Contigliano, Poggio Fidoni, Rieti).

Principi attivi: proteine, carboidrati, lipidi, sali minerali, vitamine B1 B2 (Il contenuto in vitamine del gruppo B è paragonabile a quello del lievito di birra) C E PP B6 B5 H acido folico, fosforo, zolfo, calcio, magnesio, potassio, manganese, cromo.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: fettine di patata venivano messe su scottature per lenire il dolore (S. Elia) o sugli occhi per lenire infiammazioni oculari e per attenuare gonfiori (Rieti) o su ematomi e contusioni (Magliano Sabino, Leonessa).

Veterinari: le patate venivano date in pasto ai cani con problemi intestinali (Poggio Mirteto).

TILIACEAE

Tilia sp.pl.

Nomi locali: tiju (Poggio Fidoni).

Principi attivi: glucosidi, tannini,

Illustrazione 37: Tilia cordata L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

polifenoli, mucillagini, cumarine.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: con i fiori venivano fatte tisane usate contro tossi e bronchiti.

ULMACEAE

***Ulmus minor* Mill.** (olmo comune)

Nomi locali: urmu (S. Elia, Rieti).

Principi attivi: molti tannini e mucillagini, composti amari (scorza dei rami giovani a primavera).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto della scorza era usato su infiammazioni cutanee a scopo disinfettante ed emostatico (Leonessa).

A S. Elia, era consuetudine applicare sulle ferite la parte interna della scorza. A Petrella Salto, la scorza si arrotolava sopra la ferita a mò di fasciatura. Anche a Borgovelino la scorza dell'olmo era utilizzato per la cura delle ferite e a Greccio le foglie erano usate a scopo emostatico.

Domestici: a Cittaducale le cortecce erano adoperate per tingere le stoffe.

Artigianali: con il legno si effettuavano lavori di artigianato, infissi, venivano costruiti pali per le recinzioni, manici per le zappe (S. Elia), pali per sostenere le viti. A Borgovelino, gli uncini si costruivano con rami di olmo che veniva scorticato e scaldato prima di essere modellato.

Credenze: a Leonessa si credeva che il legno tagliato con la luna calante, potesse ardere meglio.

UMBRELLIFERAE

***Apium graveolens* L.** (sedano comune)

Nomi locali: sellaru (Rieti), sellanu (Leonessa)

Principi attivi: olio essenziale, selinene, terpeni vari, cumarine e furanocumarine, flavonoidi alcaloidi (frutti). Nella pianta olio essenziale; apiina, nella radice olio essenziale, asparagina, colina, tirosina, acidi glicolico e glicerico, acidi feruclico e caffeico, acido p-cumarico, acidi organici, bergaptene.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infusi e decotti bevuti a scopo antinfiammatorio delle vie urinarie (Poggio Mirteto) come diuretico e dimagrante (S. Elia). Infusi di sedano e cipolle bevuti come depurativi (Greccio). Mangiato crudo contro l'alitosi (S. Elia).

***Conium maculatum* L.** (cicuta maggiore)

Principi attivi: alcaloidi come coniina, olio essenziale, glucosidi flavonici e cumarinici (soprattutto foglie), sostanze pectiche e resinose, acidi organici, gomme, sali ecc.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: le foglie erano usate come antinfiammatorio. Se ne facevano degli impiastri per ridurre i gonfiori (Poggio Fidoni, Capradosso). La pianta veniva sminuzzata e posta in mezzo a delle garze che venivano applicate su infiammazioni (Petrella Salto).

***Foeniculum vulgare* Miller** (finocchio comune).

Nome locale: finocchiella (Rieti), finocchio bastardo (Poggio Bustone).

Principi attivi: olio grasso, pectina, zuccheri, amido, olio essenziale con anetolo, estragolo, carvolo, fenone pinene, canfene, limonene, fellandrene ecc.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto veniva usato in suffumigi per il raffreddore (Poggio Bustone).

Alimentari: nella zona di Cittaducale e in molte località del reatino, viene utilizzato come aromatizzante nella cottura delle lumache. Nell'Alta Sabina è frequente l'uso culinario come spezia.

Vari: le foglie sono usate per le infiorate (Petrella Salto).

***Pimpinella anisum* L.** (anice vero).

Principi attivi: olio grasso, pectina, zuccheri, amido, olio essenziale con anetolo, estrgolo, carvolo, fenone, pinene, canfene, limonene, fellandrene.

USI TRADIZIONALI

Alimentari: in pane e ciambelle in tutta la provincia.

Vari: nella festa di S. Antonio Abate in Bassa Sabina era consuetudine far benedire le ciambelle all'anice preparate dalle donne per ornare le corna dei buoi usati per la tradizionale processione.

URTICACEAE

***Parietaria officinalis* L.** (vetriola comune)

Nomi locali: palatana (S. Elia, Rieti), poletana (Capradosso), napoletana (Leonessa), peperatto (Antrodoco).

Principi attivi: nitrato di potassio, flavonoidi.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: la parte fresca era posta su ascessi dentari (Capradosso) e su distorsioni (Greccio) o gonfiori alle ginocchia (Paganico). Applicata sulle parti doloranti con un panno portava alla guarigione in tre o quattro giorni (Petrella Salto).

Il decotto di foglie con cui si imbevevano delle garze veniva usato su contusioni anche a Contigliano.

Spesso impiegata come "rinfrescante" dell'apparato digerente e urinario in tisane o infusi (Magliano Sabino, Greccio, Contigliano, Capradosso). Pare fosse efficace anche per la cura

dell'acne (Borgo Velino).

Veterinari: come cibo per galline (Antrodoco, Poggio Bustone) e tacchini (Poggio Bustone).

Domestici: per pulire l'interno delle bottiglie si usavano le foglie con un po' di brecciolino (S. Elia).

***Urtica dioica* L.** et al. sp. (ortiche)

Nomi locali: ardica (Greccio), ardiga (Leonessa).

Principi attivi: istamina, acetilolina, idrossitriptamina (responsabile dell'azione irritante), acido salicilico, silice, potassio, tannino, glucochinine, clorofilla, vitamina A e C, nitrati.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: sulle contusioni si applicavano foglie bollite o pestate (Leonessa).

Le stesse erano anche usate per il mal di denti e per la gotta. Tisane con foglie di ortica venivano utilizzate contro le coliche da calcoli e come diuretico. A Greccio la pianta lessa era mangiata a scopo antidiabetico.

Alimentari: le punte, reputate migliori degli spinaci, si consumano lesse. Le foglie giovani sono ottime in insalata, in frittate e zuppe (Leonessa).

Veterinari: ad Antrodoco, l'ortica mescolata alla semola e alla crusca era usata come mangime per i tacchini.

A Poggio Bustone si pestava per foraggiare i piccoli dei tacchini o le anatre. Per i maiali era uso somministrare le foglie cotte.

Domestici: il decotto di foglie era usato come smacchiatore di vestiti (Greccio Contigliano).

VERBENACEAE

***Lippia triphylla* (L'Her) Kuntze** (erba-Luigia)

Nomi locali: cidronella (Poggio Mirteto).

Principi attivi: principalmente oli essenziali (geraniolo, limonene, verbalina, verbenone).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infuso come digestivo e stomachico (Magliano Sabino).

VITACEAE

***Vitis vinifera* L.** (vite)

Nomi locali: vite *vita*, graspi *raspi* (S. Elia), grappoletti *ciaccarelle* (S. Elia), chicchi *vaga,* uva *ua* (Rieti).

Principi attivi: saccarosio, tannini, quercitina e quercitrina, caroteni, acido malico e succinico, tartrati, glutammina, colina, tannini, acqua, zucchero (destrosio e fruttosio), acido tartarico e malico, tannini, antociane, quercitrina, inosite, lecitina, leucina, tirosina, acido malico, xantofilla, carotene, vitamine.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: si beveva una spremuta di chicchi a digiuno per risolvere i problemi intestinali (S. Elia). A Poggio Fidoni, si essiccavano i grappoli d'uva nel forno.

Uno sciroppo utile per la tosse e per il raffreddore veniva ottenuto mescolando gli acini essiccati in acqua calda. Molte sono le virtù terapeutiche dell'uva illustrate anche in un articolo di *Sabina Agricola*, una rivista locale molto interessante dei primi del '900.[13] In essa si cita l'azione anticatarrale e ricostituente dell'uva usata in quegli anni anche contro la tubercolosi polmonare. Si menziona l'azione lassativa, dei disordini digestivi, nelle coliche epatiche e renali con la sua azione diuretica. Interessante è la cura raccomandata:....." *l'uva consigliata è l'uva bianca matura. Le bucce non devono ingoiarsi, cosi pure occorre sputare i vinaccioli. La cura non va fatta a stomaco vuoto ed è bene mangiare durante essa, un po' di pane. La quantità varia da 500 grammi a due chili divisi in tre o quattro volte al giorno. Durante la cura non si debbono mangiare intingoli, né insalate, né formaggi freschi, essa deve durare dalle tre alle sei settimane...qualche volta si ha la diarrea e allora bisogna diminuire la quantità o sospendere la cura.."* Con l'aceto di vino si combatteva invece la pediculosi. Era anche efficace per rendere più luminosi i capelli (S. Elia).

Alimentari: durante la vendemmia tipica era la preparazione del "raspato" (una spremitura dei graspi già sfruttati per il mosto) usato come bibita dissentante.

Alcuni grappoli d'uva appesi nelle cantine e seccati,venivano mangiati durante l'inverno (S. Elia).

Credenze: la sera antecedente la ricorrenza dell'Ascensione, nei borghi e nella zona di Concerviano è uso tuttora accendere falò in piazza con i "manocchi", fasci di tralci di vite ottenuti dalla prima potatura per propiziare la buona produzione di vino.

A Collerinaldo, la cenere ottenuta dai falò veniva poi sparsa sul terreno.

A Rieti, nel periodo vendemmiale, si svolgeva la "festa dell'uva" durante la quale si allestivano dei carri vendemmiali addobbati con tralci di vite e grappoli d'uva.

Vari: a S. Elia era uso fumare le potature delle viti ridotte a sigaretti.

4.2 ANALISI DEI DOCUMENTI DI ARCHIVIO E DI TESTI, RIVISTE, ARTICOLI A CURA DI STUDIOSI LOCALI

Il mondo agricolo del reatino e delle zone limitrofe è stato caratterizzato negli anni da colture particolari come ad esempio quella del guado (*Isatis tinctoria* L.).

Più in generale proprio la coltura delle piante tintorie fu assai diffusa negli orti medievali reatini, ma anche nella conca di Rieti e nelle pianure alluvionali del Salto, del Farfa. Tra esse è possibile ricordare: il croco per il giallo (*Crocus sativus* L.), la robbia (*Rubia tintctorum* L.) per il rosso ed il guado (*Isatis tinctoria* L.) per il blu, colore di gran lunga preferito in Sabina.

13 FRASCHETTI - Il valore curativo dell'uva in Sabina Agricola Anno III n. 2 Febbraio 1930 - VIII

Illustrazione 38: Fiore del guado. Immagine realizzata da G. Caprioli nel 1933 tratta da "Rieti, percorsi tra storia, ambiente e cultura"- Fondazione Varrone 2007.

La raccolta delle foglie di guado detto anche "pastello" avveniva 5-6 volte l'anno. Successivamente presso i mulini del Velino e del Cantaro in Rieti venivano macinate, ridotte in pasta e poi in pani. Dai cartolari si ha notizia di molti mulini di guado dislocati lungo i corsi d'acqua e vicino ai conventi. Uno dei più importanti doveva essere situato nei pressi dell'orto del monastero di S. Agostino in Rieti (CAPRIOLI, G.-1933).

Dopo la molitura si passava all'essiccamento ottenuto disponendo i piccoli pani in graticci di vimini sui quali venivano lasciati qualche mese. Successivamente si passava alla fase della fermentazione (dai 10 ai 15 giorni) fino a che il guado non era perfettamente essiccato.

Prima di essere messo in commercio il prodotto era oggetto di un innaffiamento effettuato con del vino con il quale si innescava un'ulteriore finale fermentazione. I tempi di raccolta, le modalità di lavorazione ed i prezzi di esportazione venivano regolati dal Municipio reatino che a tale scopo eleggeva un'apposita magistratura: i consoli dell'Agricoltura del guado.[14]

Nel XV secolo il territorio di Rieti continuava a produrre in abbondanza il guado. La coltivazione venne addirittura incrementata tra il XVI e il XVIII secolo e poiché numerosi erano i mulini lungo il fiume Velino, per risolvere i problemi legati alle scorie, si rese necessaria una legislazione che impose la collocazione dei mulini del guado a valle rispetto a quelli che producevano farine alimentari. Da notare che la fermentazione delle foglie produceva anche uno sgradevole odore ammoniacale di cui ci narra anche Loreto Mattei, noto poeta reatino del seicento.

Nel sonetto "L'abbondanza di Rieti" (FORMICHETTI, G.- 1997) descrivendo le coltivazioni praticate nella pianura reatina alla fine del '600 il poeta scriveva: *"...De au ce n'è lu morbo che percote..."* ovvero *"vi è una tale quantità di guado che l'odore è ammorbante"*.

14 A.A.V.V - Rieti- Percorsi tra Storia, ambiente e cultura - Fondazione Varrone - 2007

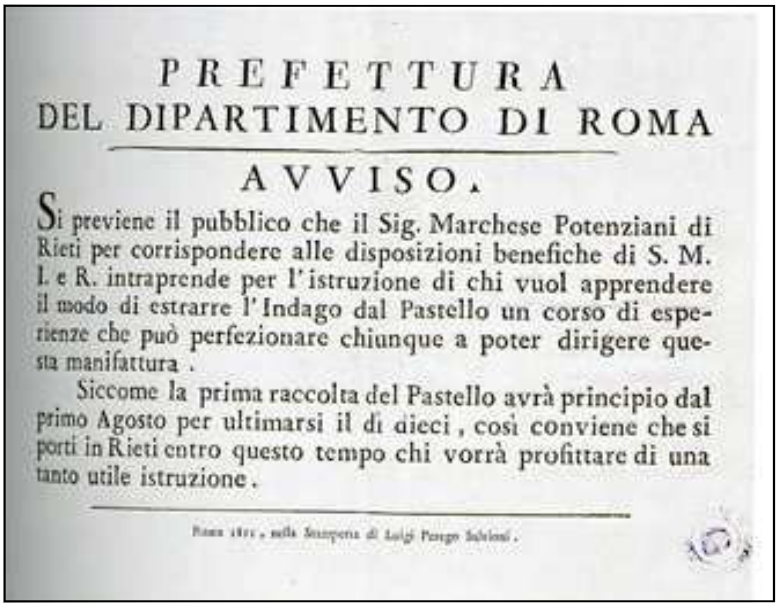
Nel reatino l'industria del guado andò progressivamente a scomparire a partire dalla fine del Settecento a causa della diffusione dell'indaco più economico, anche se vi fu a cavallo del periodo napoleonico una breve ripresa.

Infatti, come si legge in un documento presente all'Archivio di Stato di Rieti datato 27 Giugno 1784, il marchese Ludovico Potenziani riuscì ad estrarre un succedaneo dell'indaco dal guado con l'aiuto dell'operatore chimico farmacista Giovanni Petrini. La Francia tentò anche, invano, di sottrarre il merito dell'invenzione al reatino (CAPRIOLI, G.-1933).

La coltura venne tuttavia abbandonata con la caduta di Napoleone.

Il guado, fondamentale per la colorazione dei tessuti, veniva usato anche per curare i tumori e l'ulcera grazie alle sue proprietà essiccative e per foraggiare suini ed ovini (DI MARIO, R.- 1989); era utilizzato come pianta medica per le malattie intestinali e come cosmetico (CAPRIOLI,G.-1933).

Intorno alla metà del XIX sec., l'economia locale cominciò a gravitare intorno a nuove coltivazioni come quella del gelso (*Morus alba* L.) cui era legato l'allevamento del filugello (baco da seta o larva di *Bombyx mori* L.) e quella del tabacco (*Nicotiana* sp.).



PREFETTURA
DEL DIPARTIMENTO DI ROMA

AVVISO.

Si previene il pubblico che il Sig. Marchese Potenziani di Rieti per corrispondere alle disposizioni benefiche di S. M. I. e R. intraprende per l'istruzione di chi vuol apprendere il modo di estrarre l'Indago dal Pastello un corso di esperienze che può perfezionare chiunque a poter dirigere questa manifattura.

Siccome la prima raccolta del Pastello avrà principio dal primo Agosto per ultimarsi il di dieci, così conviene che si porti in Rieti entro questo tempo chi vorrà profittare di una tanto utile istruzione.

Illustrazione 39: Archivio di Stato di Rieti. Avviso di inizio corso di istruzione per acquisire conoscenze sulle tecniche di estrazione dell'indaco dal guado (1811)

Nell'annuale del Comizio Agrario di Rieti per l'anno 1879 reperito presso la Biblioteca Paroniana di Rieti viene tuttavia evidenziato come, benché gli inizi della coltivazione del gelso cosi come il mercato dei bozzoli fossero fiorenti e ricchi di potenzialità, successivamente la scarsa capacità imprenditoriale dei reatini e la diffusione della pebrina, una malattia del baco da seta, portarono questa industria a scomparire: "*Poca importanza ha in questo circondario l'allevamento del filugello perciochè è scarso il numero dei gelsi coltivati.*

Né al presente è a sperare che questa industria avanzi di molto, essendochè i proprietari non si danno alcun pensiero di aumentare e migliorare le piantagioni di gelso. La razza dei bachi ordinariamente preferita è la nostrana, a bozzolo giallo. L'allevamento si eseguisce nelle case dei proprietari e talvolta in qualche casa colonica non essendovi apposite bigattiere. Quando la pebrina ancora non infestava il filugello, si fatta industria ha sempre dato ai coltivatori della Sabina soddisfacenti guadagni, quantunque, a dir vero, non siano stati praticati i veri metodi

razionali di allevamento. Quantità di bozzoli venduti sul mercato nel 1869: 3714, nel 1878:1435".

Anche nel resto della penisola così come a Rieti la bachicoltura e la coltivazione dei gelsi, alternò periodi floridi a periodi più tristi fortemente influenzati dalle vicende politiche e da quelle epizooiche. Come accennato, dal 1848 l'atrofia parassitaria infatti infierì sino a ridurre gli allevamenti di tre quarti. Durante il ventennio fascista si tentò di far rifiorire, con specifiche incentivazioni di alcune coltivazioni [15] molte fra quelle industrie che avevano rappresentato una fonte di ricchezza nel passato.

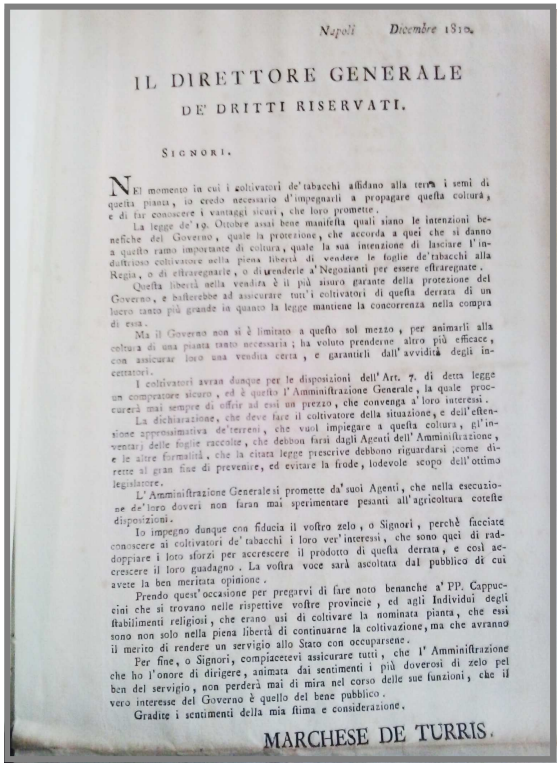
La grande richiesta di bozzoli da parte dei filandieri, l'utilizzo delle foglie di gelso come mangime per il bestiame attribuirono un grosso impulso alla coltivazione dei gelsi soprattutto a quelli piantati a ceppaia e a siepe prevalentemente lungo i viali, le scarpate e le linee ferroviarie consegnando una notevole redditività a questa attività con forti guadagni e l'impegno di poco lavoro.[16]

Tale fu la diffusione delle coltivazioni che alcuni esemplari superstiti sono tuttora presenti e facilmente visibili nella piana reatina.

La coltivazione del tabacco alla fine del 1800, non ebbe esiti migliori, dimostrando anche in questo caso come colture che avrebbero potuto portare ad una svolta economica la provincia, non andarono a buon fine *:".....e' mestici però far distinzione per la coltivazione del tabacco per la quale i coloni reatini si adopererebbe molto volentieri, ricordando gli abbondanti ed eccellenti prodotti ottenuti nei tempi andati prima che le soverchie restrizioni fiscali rendessero impossibile siffatta coltivazione.....*".

Nella zona di Magliano Sabina, negli primi anni del '900, invece era largamente coltivato il tabacco per opera dell'On. Conte Valentino Orsolino Cencelli.

Come si legge nella rivista "Sabina Agricola" del tempo, egli riuscì a ricavare circa 600 quintali di tabacco essiccato di ottima qualità Kentuckj su una supeficie di trenta ettari di terreno con un reddito lordo all'epoca altissimo di lire 15.000-16.000 ad ettaro.



Napoli Dicembre 1810.

IL DIRETTORE GENERALE
DE' DRITTI RISERVATI.

SIGNORI.

NEl momento in cui i coltivatori de' tabacchi affidano alla terra i semi di questa pianta, io credo necessario d'impegnarli a propagare questa coltura, e di far conoscere i vantaggi sicuri, che loro promette.

La legge de' 19. Ottobre assai bene manifesta quali siano le intenzioni benefiche del Governo, quale la protezione, che accorda a quei che si danno a questo ramo importante di coltura, quale la sua intenzione di lasciare l'industrioso coltivatore nella piena libertà di vendere le foglie de' tabacchi alla Regia, o di estraeregnarle, o di vendere a' Negozianti per essere estraeregnate.

Questa libertà nella vendita è il più sicuro garante della protezione del Governo, e bisterebbe ad assicurare tutt'i coltivatori di questa derrata di un lucro tanto più grande in quanto la legge mantiene la concorrenza nella compra di essa.

Ma il Governo non si è limitato a questo sol mezzo, per animarli alla coltura di una pianta tanto necessaria; ha voluto prenderne altro più efficace, con assicurar loro una vendita certa, e garantirli dall' avvidità degli incettatori.

I coltivatori avran dunque per le disposizioni dell' Art. 7. di detta legge un compratore sicuro, ed è questo l' Amministrazione Generale, la quale procurerà mai sempre di offrir ad essi un prezzo, che convenga a' loro interessi.

La dichiarazione, che deve fare il coltivatore della situazione, e dell'estensione approssimativa de' terreni, che vuol impiegare a questa coltura, gl'inventarj delle foglie raccolte, che debbon farsi dagli Agenti dell' Amministrazione, e le altre formalità, che la citata legge prescrive debbono riguardarsi come dirette al gran fine di prevenire, ed evitare la frode, lodevole scopo dell' ottimo legislatore.

L' Amministrazione Generale si promette da' suoi Agenti, che nella esecuzione de' loro doveri non faran mai sperimentare pesanti all' agricoltura cotelle disposizioni.

Io impegno dunque con fiducia il vostro zelo, o Signori, perchè facciate conoscere ai coltivatori de' tabacchi i loro ver' interessi, che sono quei di raddoppiare i loro sforzi per accrescere il prodotto di questa derrata, e così accrescere il loro guadagno. La vostra voce sarà ascoltata dal pubblico di cui avete la ben meritata opinione.

Prendo quest' occasione per pregarvi di fare noto benanche a' PP. Cappuccini che si trovano nelle rispettive vostre provincie, ed agli Individui degli stabilimenti religiosi, che erano usi di coltivare la nominata pianta, che essi sono non solo nella piena libertà di continuarne la coltivazione, ma che avranno il merito di rendere un servigio allo Stato con occuparsene.

Per fine, o Signori, compiacetevi assicurare tutti, che l' Amministrazione che ho l'onore di dirigere, animata dai sentimenti i più doverosi di zelo pel ben del servigio, non perderà mai di mira nel corso delle sue funzioni, che il vero interesse del Governo è quello del bene pubblico.

Gradite i sentimenti della mia stima e considerazione.

MARCHESE DE TURRIS.

Illustrazione 40: Incentivo del governo alla coltivazione del tabacco- Fine '800 (AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, serie I, cat. 7, busta 110, fasc. 61)

15 Rivista "Terra sabina"- 1924 - Il baco da seta in terra Sabina
16 Il fascismo in Sabina - Editoriale Eco 1993
17 Comizio Agrario di Rieti - 1879

Anche la canapa è stata largamente coltivata nel territorio reatino.

Nel periodo medioevale, infatti, molto estesi erano i campi di canapine circoscritti da siepi nei terreni pedemontani e nei piani del Cicolano, del Reatino e della Bassa Sabina (DI MARIO, R.- 1989).

La coltivazione e la lavorazione della canapa (*Cannabis sativa* L.) era particolarmente attiva presso le sponde del Velino, del Turano e del Tevere, limitatamente al tratto che scorreva dal Porto di Magliano a quello di Corese (DI MARIO, R.- 1989).

La canapa veniva coltivata anche nella piana reatina dove trovava terreni freschi e profondi e nell'ampio spazio antistante porta D'Arce dove si sviluppo', specie in età comunale, una vera e propria azienda di produzione di fibre tessili (DI MARIO, R.- 1997).

Gli steli venivano sradicati o recisi alla base, le parti superiori venivano rivolte in alto per essere private delle foglie e delle infiorescenze ed essiccate per tre o quattro giorni a terra oppure nei forni. Le piante raccolte in fasci venivano lasciate macerare per quindici giorni in fosse. Più breve era invece la macerazione ottenuta nelle acque sulfuree di Cotilia. Si ha notizia di come nell'alto medioevo, le piante venissero usualmente immerse nel Velino o nel Cantaro provocando però frequenti morie di pesci. Per ovviare a tali fenomeni di l'inquinamento, si provvedeva a scavare fosse apposite alimentate dai torrenti.

NOTIFICAZIONE

BELISARIO CRISTALDI Prelato Domestico, della SANTITA' DI NOSTRO SIGNORE, e Sua Rev. Camera Apostolica Tesoriere Generale

A pologamente alle risoluzioni della S. Congregazione Economica in data dei 2. Gennajo 1823., ed a termini dell' Editto dell'Emo Sig. Card. Camerlengo del dì 17. dello stesso mese, ed anno, dovendosi da Noi dichiarare in ciascun anno la quantità di terreno da potersi porre a coltivazione di tabacco con istabilire i territorj ne' quali potrà effettuarsi la coltivazione medesima, e dovendosi egualmente annunciare la tariffa dei prezzi, si quali saranno acquistate dall'Amministrazione Generale, le foglie respettive sull' esperienza dei risultati avuti dalle precedenti coltivazioni, dichiariamo, ed ordiniamo per quella del corrente anno quanto siegue.

1. Il terreno da impiegarsi a coltivazione nel corrente anno sarà di Rubbia 2½. superiore notabilmente a quella dell'anno decorso, e della capacità di quasi otto millioni di Piante.

2. La coltivazione come sopra stabilita avrà luogo nei territorj qui appresso notati, e pel quantitativo a ciascuno di essi respettivamente attribuito, nè sarà lecito a chicchesia di estenderla oltre i limiti designati.

3. L'Amministrazione Generale de' Sali, e Tabacchi trasmetterà ai Governatori distrettuali, nella giurisdizione de' quali rimangono i territorj qui sotto enunciati, i registri, o bollettarj opportuni per ricevere le dichiarazioni di quegl' Individui che si proporranno di fare l'accennata coltivazione.

L'Amministrazione suddetta unirà alla trasmissione dei bollettarj l'elenco di quegl' individui, che si sono resi colpevoli di contravenzione, o contrabando nella coltivazione degli anni precedenti, ed i quali a termini dell'Art. 4. del succitato Editto non possono essere più autorizzati alla coltivazione del tabacco.

5. Giunta che sia l' epoca prefissa dall' art. 5. del richiamato Editto, i Signori Governatori, sieno o nò le dichiarazioni pervenute al completo delle piante assegnate al loro respettivo Circondario, dovranno immediatamente rimettere all'Agente dell' Amministrazione il registro delle bollette madri contenente le assegne ricevute, non meno che tutte le bollette restate in bianco.

6. Si dichiara che all' epoca del 30. Giugno, in cui cessa ai coltivatori la facoltà di far piantagioni, debbano distruggersi tutti i piantinari che ancora esistessero, non potendo più avere i medesimi alcuno scopo plausibile, e potendo soltanto servire di fomite alle frodi; e chiunque contravverrà a questa disposizione si reputerà incorso nelle penali prescritte a l' art. 6 del più volte ricordato Editto.

Dovranno inoltre i coltivatori usare la più esatta diligenza nello svellere le piante rigettanti dalle radici delle piantagioni anteriori; poichè rinvenendosi siffatte riproduzioni dovranno considerarsi siccome coltivate in frode, ed i contravventori saranno sottoposti alle stabilite penali.

7. Le foglie raccolte dovranno essere dal Coltivatore conservate, e custodite dentro il Predio nel quale sono state coltivate, finchè non se ne faccia il trasporto ai Magazzeni dell' Amministrazione.

Nel caso che per mancanza di locale, o per altra qualunque causa il coltivatore fosse in caso di trasportarle altrove, dovrà preventivamente dichiarare all' Amministrazione il *Locale* ove vuole trasportarle, ed ottenerne l'opportuna licenza, che gli servirà di giustificazione nel trasporto, e nella ritenzione delle foglie; e quante volte accadessero trasporti di foglie senza l' accompagno di detta licenza, o

Illustrazione 41: Notificazione del 2 Gennaio 1823: disposizioni riguardo la coltivazione dei tabacchi con nota dei territori dove era permessa. A Rieti era diffusa nella zona di Castelvecchio, Collepiccolo e nel distretto di Poggio Mirteto, a Ponticelli e Scandriglia. Dal documento risulta che nell'attuale provincia di Rieti veniva coltivata anche la robbia (AsRi, Raccolta Bandi ed Editti, Busta n. 4 Bando n. 318)

Successivamente venivano abbattuti gli steli macerati liberandoli dalle cannucce di scarto che erano poi impiegate come lettiere, come cannule per accendere il fuoco, per coprire il fango lungo i sentieri, nelle stalle, nei pressi delle abitazioni. Gli steli lisciati e legati erano poi destinati al commercio.

La canapa più piccola, di prima scelta, veniva destinata alle filatrici per gli indumenti. La canapa più rozza, detta di "valle", era diversamente usata per l'imbottitura dei vestiti (DI MARIO, R.- 1997), per comporre legacci per gli orti, fili e spaghi per calzolai, funi per le bestie e tiranti. Si confezionavano anche corde per impiccagione (addetti erano i lebbrosi che operavano in rioni distanti dalle mure cittadine); della canapa veniva utilizzato anche il seme soprattutto per preparare nutrienti zuppe (DI MARIO, R.- 1989).

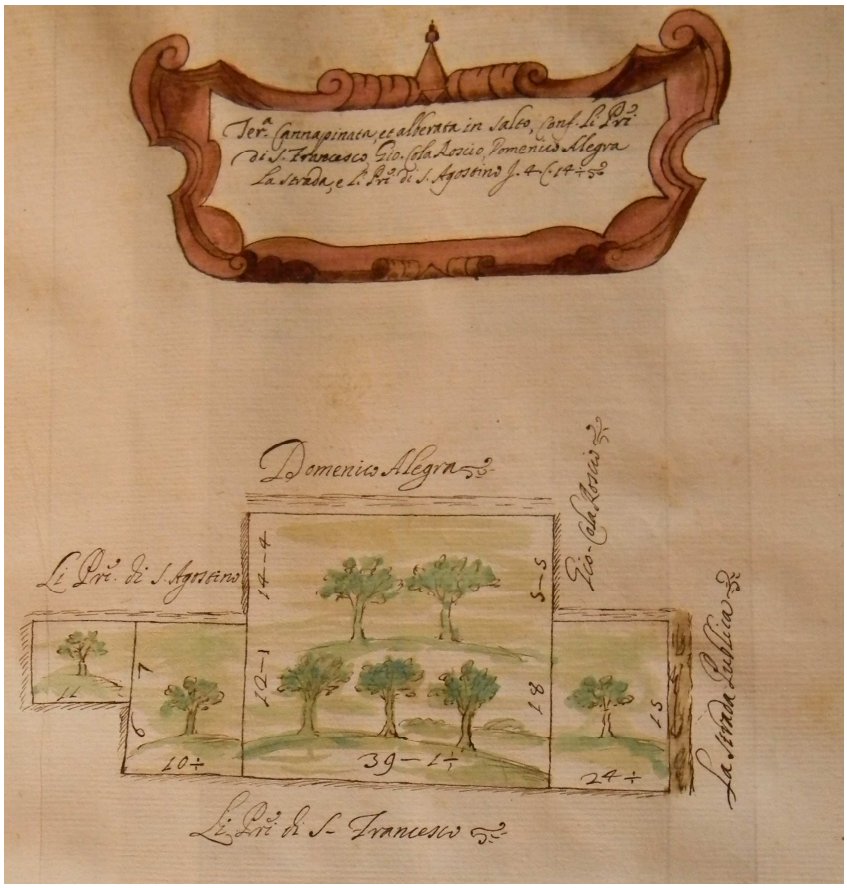


Illustrazione 42: Terreno cannapinato alberato in una tavola del Cabreo del 1600, conservato presso la biblioteca del monastero di Santa Caterina di Cittaducale (Rieti).

La coltivazione della canapa era ancora molto diffusa nella Rieti del 1600.

Dal Cabreo, libro di Catasto di tutte le terre e gli stabili del Monastero di Santa Caterina d'Alessandria in Cittaducale realizzato da Luca Lambrecche, pubblico agrimensore di Cittaducale e conservato nella biblioteca del monastero di Santa Caterina, emerge in particolare che le colture più diffuse a Cittaducale in questo periodo erano quelle dell'olivo, degli alberi da frutto, delle viti. Molte terre risultavano inoltre "cannapinate" ovvero destinate alla coltura della canapa tessile.

28.9.1824
312

NOTIFICAZIONE

BARTOLOMEO per la Misericordia di Dio Vescovo di Porto, e S. Rufina, CARD. PACCA, della S. R. C. Camerlengo

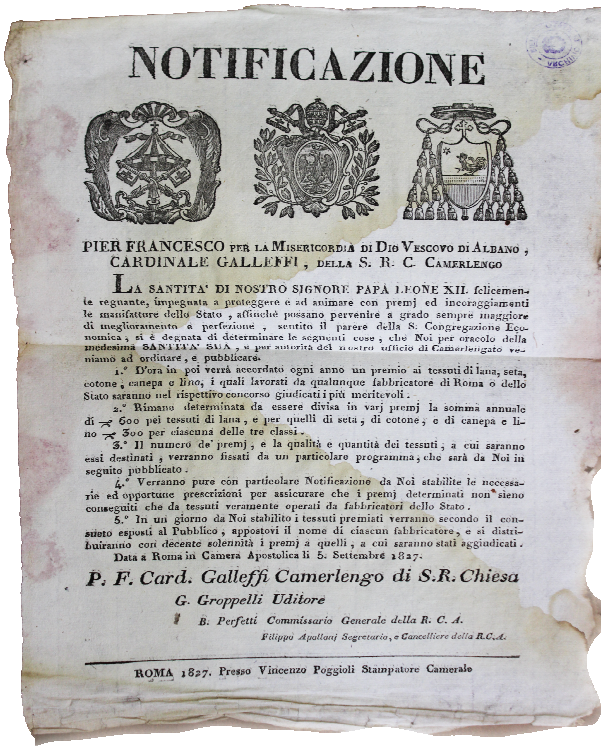
La Santità di Nostro Signore LEONE PAPA XII. felicemente Regnante volendo a vantaggio degli amati suoi Sudditi promuovere sempre più la lavorazione delle Canapi, la quale forma una così gran parte della ricchezza dello Stato, ha veduto, che ad ottenere un tal fine nulla può meglio giovare quanto regolando le tariffe daziarie sulla loro estrazione in un modo conforme ai principj di publica economia. Quindi si è Ella degnata di commetterci che la tariffa daziaria sulla estrazione delle Canapi sia regolata ne' modi seguenti da durare fino alla formazione della tariffa generale delle Dogane.

1.° L'estrazione dallo Stato de' semi di Canape è totalmente proibita.

2.° Le Canapi solamente macerate e battute pagheranno bajocchi venti per ogni cento libbre.

3.° Le

Illustrazione 43: Notificazione del 28 settembre 1824 con la quale Papa Leone XII promuoveva la lavorazione della canapa (AsRi, Raccolta Bandi ed Editti, Busta n. 4 Bando n. 312)



NOTIFICAZIONE

PIER FRANCESCO per la Misericordia di Dio Vescovo di Albano, CARDINALE GALLEFFI, della S. R. C. Camerlengo

La Santita' di Nostro Signore Papa Leone XII. felicemente regnante, impegnata a proteggere e ad animare con premj ed incoraggiamenti le manifatture dello Stato, affinchè possano pervenire a grado sempre maggiore di miglioramento e perfezione, sentito il parere della S. Congregazione Economica, si è degnata di determinare le seguenti cose, che Noi per oracolo della medesima SANTITA' SUA, e per autorità del nostro ufficio di Camerlengato veniamo ad ordinare, e pubblicare.

1.° D'ora in poi verrà accordato ogni anno un premio ai tessuti di lana, seta, cotone, canapa o lino, i quali lavorati da qualunque fabbricatore di Roma o dello Stato saranno nel rispettivo concorso giudicati i più meritevoli.

2.° Rimane determinata da essere divisa in varj premj la somma annuale di ₰ 600 pei tessuti di lana, e per quelli di seta, di cotone, e di canapa e lino ₰ 300 per ciascuna delle tre classi.

3.° Il numero de' premj, e la qualità e quantità dei tessuti, a cui saranno essi destinati, verranno fissati da un particolare programma, che sarà da Noi in seguito pubblicato.

4.° Verranno pure con particolare Notificazione da Noi stabilite le necessarie ed opportune prescrizioni per assicurare che i premj determinati non sieno conseguiti che da tessuti veramente operati da fabbricatori dello Stato.

5.° In un giorno da Noi stabilito i tessuti premiati verranno secondo il consueto esposti al Pubblico, appostovi il nome di ciascun fabbricatore, e si distribuiranno con decente solennità i premj a quelli, a cui saranno stati aggiudicati.

Data a Roma in Camera Apostolica li 5. Settembre 1827.

P. F. Card. Galleffi Camerlengo di S.R. Chiesa

G. Groppelli Uditore

B. Perfetti Commissario Generale della R. C. A.

Filippo Apollonj Segretario, e Cancelliere della R.C.A.

ROMA 1827. Presso Vincenzo Poggioli Stampatore Camerale

Illustrazione 44: Notificazione del 5 Settembre 1827 che stabiliva dei premi per chi nello Stato Pontificio produceva tessuti di seta, cotone, canapa di alta qualità (AsRi, Raccolta Bandi ed Editti, Busta n. 4 Bando n. 319)

Anche nella prima metà del 1900 la canapa continua ad essere una delle principali coltivazioni nel territorio reatino.

Il seme di canapa era detto "cannaviccio" veniva seminato in primavera con la "terra scallata" (terra scaldata). Verso la fine d'agosto, si "sfemminava", come si diceva nel leonessano, ovvero era raccolta la "canapa femmona" (canapa femmina), ossia quella bianca che maturava prima e che veniva stesa per farla asciugare al sole sui campi in cui si era in precedenza mietuto il fieno.

Qualche giorno dopo avveniva la raccolta della "canapa maschiu" (canapa maschio) di colore un po' più scuro. Si disponeva in mannelli e la si colpiva con un bastoncino sottile per liberarla dai semi di cui era molto ricca (i semi, nella zona di Leonessa venivano chiamati "cannapucciu").

Come la precedente, questa seconda canapa era stesa sulle stoppie e lasciata asciugare.

Nel forno caldo si procedeva ad una successiva essiccazione per circa tre giorni. Riposta al coperto, d'inverno veniva pulita passandola attraverso la "macenuria" (o "macenoria" a Leonessa).

Strette in questo attrezzo, mentre le si tirava per un capo, le fibre di canapa lasciavano cadere nelle scanalature i "cocci", ossia i tegumenti dei semi rimasti attaccati alla fibra.

La canapa poi si "costava" ossia era pettinata mediante una spatola in legno. Dopo la pettinatura, la canapa veniva "arrocciata", legata alle crocchie e portata a cardare mediante due tavole munite di chiodi ricurvi.

A questo punto, dopo la bollitura con la cenere che la rendeva perfettamente pulita, la canapa

poteva essere filata. (POLIA, M. -2002).

Accanto alla canapa, estese erano nel territorio reatino anche le coltivazioni di lino.

Illustrazione 45: Raccolta della canapa a Rieti in una foto di un archivio privato all'inizio del '900

L'importanza di queste due colture è sottolineata dalle pene severe previste nel periodo medievale per il loro furto: "*si qua persona carpserit canepam, seu acceperit ipsam, sive linum, de canapina aliena, gurgo sive spasario aut aliunde*"… Canapa e lino erano quindi particolarmente protetti sia nella canapina sia al macero nel gorgo (o maceratoio) sia quando erano messi ad asciugare.

Nei primi anni del '900 fiorì anche la coltura della barbabietola.

Questa coltivazione, scelta per le sue qualità di resa su i terreni del reatino, rappresentò la principale risorsa per lo sviluppo dell'industria dello zucchero nella provincia.

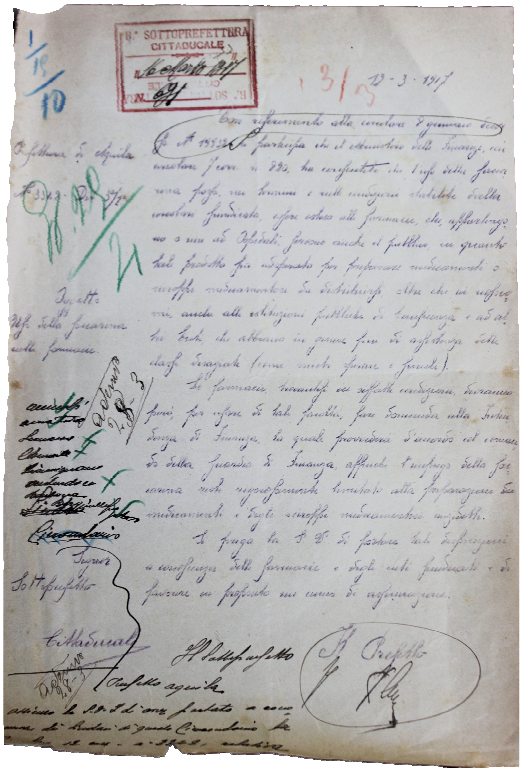


Illustrazione 46: Comunicazione del 12 Marzo 1917 della Prefettura dell'Aquila al Sottoprefetto di Cittaducale affinché disponesse l'uso della saccarina per la preparazione di medicamenti e sciroppi. (AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.15, busta146, fasc.15)

Dopo aver diretto per 30 anni le acciaierie di Terni, il cavaliere del Lavoro Amilcare Spadoni istituì l'Associazione per lo sviluppo industriale ed Agricolo della Sabina. Poiché l'agricoltura rappresentava la prima risorsa economica della provincia, egli si adoperò per renderne più produttive i terreni soprattutto attraverso la scelta qualificata di colture appropriate.

Nella piana reatina fu sostenuta a tale proposito proprio la coltura della barbabietola da zucchero soprattutto in relazione alla nascita di uno dei primi zuccherifici italiani sorto a Rieti fin dal 1872 grazie al Principe Potenziani e seguito dopo 15 anni dall'opera di Emilio Maraini (DI MARIO, 1993).

Lo Zuccherifico e la Supertessile detta "Viscosa" (dove si produceva prima seta artificiale tramite la cellulosa e successivamente rayon) elevarono Rieti a città industriale.

Tuttavia l'evolversi delle vicende economiche ed il mutamento

delle logiche di mercato portarono, sia pure con modalità e tempi diversi alla chiusura delle due fabbriche e alla conclusione di una importante esperienza industriale in terra reatina. La chiusura dello zuccherificio del 1973 ebbe molta risonanza sulla stampa locale e fu un evento molto sentito dalla popolazione.

Anche il poeta Guglielmo Festuccia nella sua poesia " La morte dde lu zuccherificiu" scrive: *..Ppè Riete 'sta fabbrica era un vantu, l'autorità non n'ha tenutu cuntu: mò guardi fore e dapettuttu è un piantu, pare ddè sta a guardà 'nnè un campusantu.....Tuttu 'n trattu non ajo resistitu, le lacrime dell'occhi m'hau cecatu: m'è parsu ddè lascià quaci una tomba, m'è parsu ddè lascià la pòra mamma* (FESTUCCIA, G.-1976).

Nelle zone collinose della Bassa Sabina la coltura predominante nei primi anni del novecento era invece quella tradizionale dell'olivo.

"L'oro liquido" della Sabina nelle sue varietà Carbonella, Leccina, Olivastrone e Reina, conquistò i mercati romani per essere utilizzato a scopo terapeutico per le mialgie, gli avvelenamenti, le malattie del fegato e della pelle, come eccipiente e solvente di medicinali e naturalmente come indispensabile condimento alimentare.

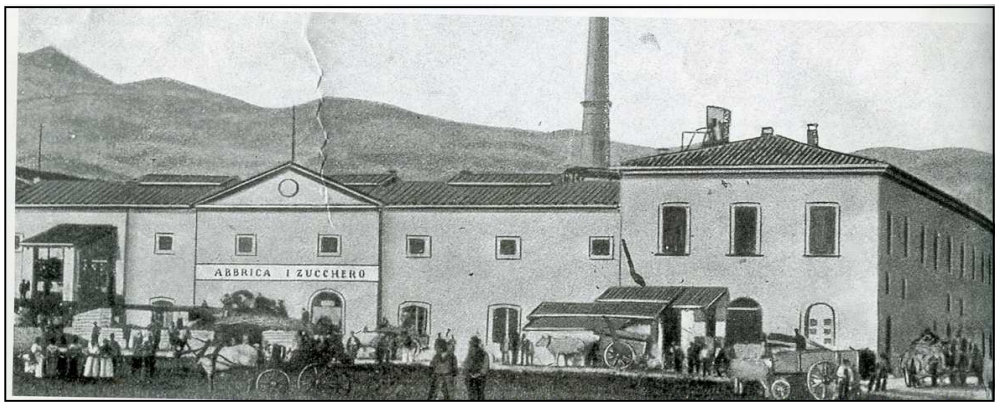


Illustrazione 47: Lo zuccherificio di Rieti nei primi del '900. Stampa tratta da "Rieti-Percorsi tra storia, ambiente e cultura"- Fondazione Varrone 2007

Ad incrementare e diffondere l'olivocoltura e a modernizzare gli oleifici esistenti, provvide la Cattedra Ambulante di Agricoltura di Poggio Mirteto, la prima ad essere costituita in Umbria e nel Lazio. Articolata in due sezioni con sede a Roccasinibalda per l'Alta Sabina e a Rieti per i territori della Piana e in una vasta rete di succursali, l'associazione si prefiggeva anche di migliorare la produzione delle viti, di raddoppiare quella dei cereali e di curare più diligentemente la bachicoltura (POLIA, M. 2002).

Anche la coltivazione del grano era molto diffusa in Sabina.

Durante il fascismo, furono molti gli agricoltori a figurare nel IV Concorso Nazionale della "battaglia del grano" promossa da Mussolini. E' tuttavia grazie all'opera di Nazareno Strampelli che la battaglia del grano ottenne nei nostri luoghi un notevole successo. Giunto a Rieti da

Macerata fin dal 1903 l'illustre agronomo istituì nella zona di Campomoro (Rieti) la sede dell'Istituto Sperimentale di Granicoltura, utilizzando per la riproduzione l'appezzamento posto all'inizio della Valle del Salto e la tenuta di San Pastore.

Illustrazione 48: La raccolta delle olive in Sabina nei primi del '900. Foto tratta da "Rieti- Percorsi tra storia, ambiente e cultura"- Fondazione Varrone 2007

Con incroci intergenetici ottenne rinomate sementi come il Dauno idoneo per le terre secche, il Sapri per quelle dure, il Cervaro per quelle di collina, il Marrone ed il Gregorio Mendel per quelli profondi. Il Rieti originario ricco di glutine ottenne nel 1924 il primo premio per il miglior cespo nel concorso nazionale di Crema e fu ritenuto il più tipico grano italiano (DI MARIO, R.-1993).

A Leonessa, prima della seconda guerra mondiale e fino agli inizi degli anni '50, erano invece impiegate per la semina tre qualità di grano: la famijia undici, lo zuccu che aveva la spiga rossastra e senza restre ("arzigli"), la biancola. Le tre qualità erano usate nell'alimentazione umana. Più tardi fu introdotto dalla Sardegna un tipo di grano chiamato saragòla a spiga lunga con un maggior rendimento.

Per quanto riguarda l'orzo erano seminate due qualità principali: l'orzone e l'orzetta, il primo con la spiga più lunga e seminato in autunno e il secondo con la spiga più corta e seminata nel mese di marzo. Se il tempo permetteva si seminava una qualità speciale di grano detta grano marzarolo dai chicchi piccoli e dallo scarso rendimento usato per l'alimentazione del pollame. Un'altra granaglia chiamata mogo (*Lathyrus cicera* L.) veniva seminata a marzo. Aveva un sapore amarognolo, era destinata specialmente all'alimentazione dei piccioni. Non era indicata per le mucche perchè conferiva un sapore poco gradevole al latte.

Illustrazione 49: Figura 28: Nazareno Strampelli durante i suoi studi. Foto tratta da www.nazarenostrampelli.it

I primi di aprile si seminava la cicerchia (*Lathyrus sativus* L.), un legume destinato

all'alimentazione umana ed animale; il farro ("farre") era usato per preparare minestre e polenta ed uno speciale orzo chiamato "orzo da caffè" era destinato alla tostatura poiché il caffè di importazione era raro e un vero lusso da usare con molta parsimonia. Il caffè domestico era preparato facendo bollire nella "cuccuma" contenente circa un litro d'acqua, l'orzo tostato nel bruschino e macinato. I più facoltosi usavano aggiungere all'orzo tostato qualche chicco di caffè vero: "*cinque o sei vaga là nmezzu, proprio come l'acqua santa*" (POLIA, M.-2002). Dopo la bollitura si aggiungeva un po' di acqua fredda per permettere ai fondi (pòsa) di depositarsi sul fondo della caffettiera. Dopo l'Annunziata venivano seminate le patate entrate nell'uso nel XVIII secolo e divenute subito un ingrediente fondamentale nell'alimentazione.

In maggio si seminava una qualità di mais chiamata quarantino. Produceva chicchi piccoli e teneri. Oggi è sparito e si usa seminare una qualità di mais chiamata dente di cavallo dai chicchi più lunghi e grossi ma anche più duri. Con il quarantino si faceva una polenta molto buona. Assieme al granturco venivano seminati i ceci usati nelle zuppe con la cicerchia e la lenticchia. Verso la metà di settembre avveniva la raccolta del granturco. La pannocchia veniva liberata dalle brattee lasciando solo tre foglie che venivano usate per legare la pannocchia sulla "stangarella", un lungo bastone appeso nel soffitto della cucina dove il granturco si sarebbe essiccato. Per l'occasione si riunivano diverse famiglie e si raccontavano storie, si cantava e si stava in allegria. Verso Natale il granturco veniva messo in dei sacchi di canapa per la sgranatura mediante battitura con il bastone.

Da alcuni racconti è stato evidenziato, inoltre, come circa cinquant'anni fa era molto diffusa la raccolta di prodotti dei boschi e dei campi: "*se jea pe' funghi, cicoria, sparaci , lupari , cimitarule , jenneri, moriche e, a Terminillu pure pe mirtilli e lamponi*" [18] cosi come, negli estesi castagneti di Antrodoco erano molti a dedicarsi alla coltura delle castagne. A tale proposito "La sabina e il Fascismo" riporta: "*….le fragole, i funghi, i tartufi, l'asparago selvatico, le nocciole, il vischio, le sorbe, i corbezzoli, le more, la menta selvatica, il finocchio selvatico, la belladonna, la genziana, l'origano ecc, sono tutti prodotti che costituiscono la piccola industria forestale che viene esercitata in maggior parte dalle donne e dai ragazzi della montagna che presentano questi prodotti al consumatore sui pubblici mercati della città e dei paesi limitrofi. Le piante medicinali invece vengono vendute agli stabilimenti farmaceutici*". Questo dimostra come l'attività di raccolta dei prodotti del sottobosco e di erbe fosse quindi molto diffusa e non solo limitata al consumo familiare ma anche alla base di eventuali commerci soprattutto con le farmacie.

A tal riguardo un documento di fine ottocento rinvenuto presso gli archivi di Cantalupo in Sabina dimostra come in quella zona fosse presente in quel periodo una farmacia. La dotazione dei farmaci era assai povera e come risulta anche da una nota dei medicinali a cui ogni Comune o Casa di

18 Università della Terza età -1998

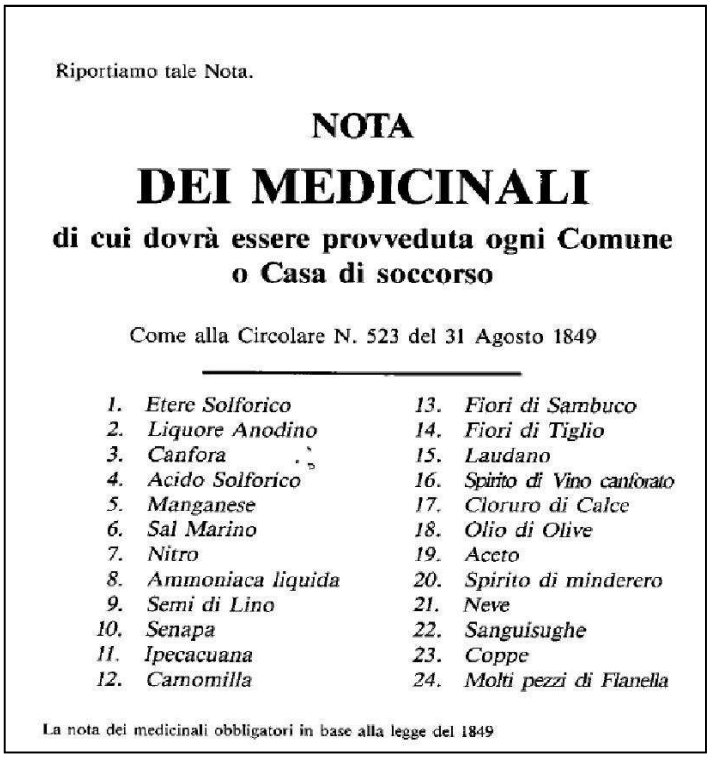
Soccorso doveva provvedere, la maggior parte di essi era di origine vegetale (DI CARLO, E.A.- 1988).

Nella lista erano presenti la camomilla (*Matricaria recutita* L.), i fiori di sambuco (*Sambucus* sp.) i fiori di tiglio (*Tilia cordata* L.) ma anche ad esempio la canfora estratta dall'albero di canfora (*Cinnamomum camphora* L.).

La canfora è assorbita velocemente attraverso la pelle producendo una sensazione di raffreddamento simile a quella del mentolo.

E' possibile quindi che fosse utilizzata come blando anestetico o, per effetto dei suoi vapori, come sedativo della tosse. Alcuni fonti citano l'uso della canfora già nel '700 nel trattamento delle manie e a causa del forte odore come repellente per rettili ed insetti (PEARCE, J.M.- 2008).

Ai semi di lino (*Linum usitatissimum* L.) venivano probabilmente riconosciute le proprietà emollienti, rinfrescanti, l'utilità nei disturbi intestinali e della vie respiratorie (NARDELLI, G.M.- 1987). La "senapa" (Senape bianca o senape nera originaria dell'Asia occidentale) era forse usata nei dolori articolari in quanto riscalda e stimola l'irrorazione sanguigna. L'ipecacuana (*Cephalis ipecuanha* L.) di origine indiana veniva forse contemplata nella lista a causa delle sue proprietà antidiarroiche. Il laudano invece era un preparato farmaceutico le cui virtù erano indicate nelle patologie del sonno e di tutti i dolori forti, nella cura delle emicranie, del mal di denti, dei dolori mestruali, dei reumatismi cronici (FUMAGALLI, M.- 2000). Veniva ricavato dall'oppio (*Papaver somniferum* L.). Anche l'olio di oliva veniva menzionato nella lista dei medicinali obbligatori probabilmente per le sue proprietà refrigeranti, emollienti e digestive conosciute già nell'antica Roma.



Riportiamo tale Nota.

NOTA

DEI MEDICINALI

di cui dovrà essere provveduta ogni Comune o Casa di soccorso

Come alla Circolare N. 523 del 31 Agosto 1849

1.	*Etere Solforico*	13.	*Fiori di Sambuco*
2.	*Liquore Anodino*	14.	*Fiori di Tiglio*
3.	*Canfora*	15.	*Laudano*
4.	*Acido Solforico*	16.	*Spirito di Vino canforato*
5.	*Manganese*	17.	*Cloruro di Calce*
6.	*Sal Marino*	18.	*Olio di Olive*
7.	*Nitro*	19.	*Aceto*
8.	*Ammoniaca liquida*	20.	*Spirito di minderero*
9.	*Semi di Lino*	21.	*Neve*
10.	*Senapa*	22.	*Sanguisughe*
11.	*Ipecacuana*	23.	*Coppe*
12.	*Camomilla*	24.	*Molti pezzi di Flanella*

La nota dei medicinali obbligatori in base alla legge del 1849

Illustrazione 50: Nota dei medicinali obbligatori, molti di origine vegetale, per i Comuni e le Case di soccorso, in base ad una legge del 1849 (DI CARLO, E.A.- 1988).

Che nell'ottocento molte erbe venissero utilizzate anche a scopo medicinale lo dimostra anche "Monumenti Sabini" del Guattani in cui vengono citate le proprietà medicamentose e gli usi del ginepro sabina (*Juniperus sabina* L.):" *Fra l'erbe medicinali non si deve preferire colei che di Sabina il nome porta Juniperus sabina….ha un odore forte ed un sapore amaro aromatico e*

resinoso. Presa interiormente, dice l'Haller , viene riguardata come uno degli emmenagoghi più potenti e più pericolosi. Esteriormente usata è detergente e risolutiva. Secondo il Duhamel i maniscalchi se ne servono per eccitare l'appetito dei bestiami; preparata a dovere giova a risolvere i tumori de' cavalli e delle pecore. Nasce a dir vero quest'erba in tutt'i climi ma il chiamarsi sabina fa supporre che qui meglio che in altro luogo germoglia e fiorisce….

L'autore elenca anche altre erbe presenti nel territorio reatino che venivano utilizzate come alimento per il bestiame:"*....le colline abbondano di serpilli e di timi, di nocciuoli aromatici e di erbe sostanziose cosicché somministrano al bestiame un nutrimento, il più scelto per la produzione di latti odoriferi e di squisiti formaggi..*" (GUATTANI, G.A- 1832).

Sembra inoltre, come viene riportato dal Guattani, che la raccolta dei funghi soprattutto nella zona di Cantalupo fosse diffusa già nei primi anni dell'800 e che esistesse all'epoca un fiorente commercio di funghi e tartufi nella zona di Roccantica con i paesi più occidentali (GUATTANI, G.A-1832).

Il mondo vegetale è inoltre stato legato all'uomo non solo dal punto di vista economico. Nei tempi andati, anche vegetali poveri come la cannuccia, la ginestra e l'erica costituivano ad esempio un materiale prezioso per la costruzione di capanni usati sia come deposito di materiali, sia come ricoveri di fortuna o a volte come abitazione (LANDI, S.-1996).

Fiori, erbe e varie essenze sono stati inoltre sempre utilizzati durante celebrazioni, riti e feste.

Nella rivista mensile Terra sabina in una rievocazione di usanze di altri tempi ed in particolare del Carnevale con i carri festeggiato a Rieti in prossimità dell'unità d'Italia si legge infatti: "*bellissimi i carri dopo il risveglio del 1860 per l'eleganza della protagonista bruna e ben fornita giovane del popolo circondata da bambini vestiti con i colori nazionali...*

Illustrazione 51: Carro vendemmiale a Rieti- 1931. Foto dell'archivio fotografico della Scuola del Corpo forestale dello Stato di Cittaducale (Rieti)

Il carro era completamente coperto di alloro, mortella e fiori e conteneva cesti con dolci, coriandoli ma anche mazzi di viole e aranci…"

Il grano, invece, cosi come le lenticchie ed il mogo venivano utilizzati anche il primo giorno di quaresima in un rito propiziatorio in uso nel leonessano ma anche nella zona di Antrodoco. Le ragazze di ognuna delle frazioni preparavano i vasi che sarebbero stati usati il

venerdì santo per adornare i sepolcri. A tal fine si interravano i semi e si coprivano con un telo in un ambiente oscuro dove veniva posto ogni tanto un braciere, oppure le piantine venivano messe in un cassone coperto di letame per tenerle calde (a Collerinaldo era chiamato "vaschittu"). Al buio i germogli acquisivano un colore bianco-giallastro. L'oscurità simboleggiava quella del sepolcro in cui tuttavia è nascosta una vita destinata all'immortalità. La sera del giovedì i vasi erano portati in chiesa da ragazze che gareggiavano nel mostrare il vaso più bello. Davanti ai vasi era posta una lampada e l'altare era adornato con ginepro raccolto in montagna. (POLIA, M. 2002).

Illustrazione 52: Infiorata durante la Processione di S. Antonio a Rieti. Particolare del tappeto: fiori di ginestra, foglie di bosso, petali di rosa e foglie di roverella.

A Collerinaldo, l'otto di Settembre, il giorno della festa della Madonna della natività, si faceva "lu manocchiu" ovvero una corona di grano che i locali offrivano in chiesa come ringraziamento del raccolto, portavano in processione e poi vendevano all'asta.

Un altro settore di interesse dell'area di studio che esamina il rapporto fra tradizioni popolari, religiosità e il mondo vegetale, è rappresentato dalle infiorate, particolari decorazioni del piano stradale ottenute con fiori, parti di fiori, foglie realizzate lungo le vie dei centri abitati in occasione di processioni e feste religiose, prima di tutte quella del Corpus Domini.

Le infiorate furono eseguite inizialmente in Vaticano forse per opera dell'artista Gian Lorenzo Bernini, come si legge dal trattato del '600 "Flora ovvero coltura dei fiori", e si diffusero successivamente un po' ovunque (GUARRERA, P.M.- 2002).

Tale tradizione, viva in quegli anni, è stata conservata a Rieti durante la processione di S. Antonio a Poggio Moiano e a Leonessa per la festa di S.Antonio, del Corpus Domini, di San Quirico.

4.3. DISCUSSIONE DEI DATI OTTENUTI

Le interviste effettuate hanno consentito di estrapolare dati interessanti relativi agli usi locali nel passato di 142 specie vegetali raggruppate in 57 famiglie.

Le famiglie più rappresentate sono le Labiatae presenti con 13 entità, le Rosaceae con 12, le Compositae con 10 e le Leguminosae con 8 elementi.

Gli usi rilevati sono stati divisi in "medicinali" (99 specie), "alimentari" (51 specie), "veterinari" (22 specie), "domestici" (35 specie), "artigianali" (8 essenze), "giochi" (11 essenze), "credenze" (22 specie), "proverbi" (2 specie), "vari" (34 specie). La voce "usi vari" comprende usi cosmetici, usi abbandonati legati alla religione e alle feste tradizionali.

Nello specifico:

63 piante analizzate hanno 1 utilizzo (*Acer campestre* L., *Achillea millefolium* L., *Aesculus hippocastanum* L., *Alnus glutinosa* (L.) Gerth, *Apium graveolens* L., *Arctium lappa* L., *Artemisia vulgaris* L., *Asparagus officinalis* L., *Atropa bella-donna* L., *Brassica oleracea* L., *Calendula arvensis* (Vaill.) L., *Campanula rapunculus* L., *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medicus, *Chelidonium majus* L., *Chenopodium bonus-henricus* L., *Clinopodium vulgare* L., *Colutea arborescens* L., *Conium maculatum* L., *Cyclamen hederifolium* Aiton, *Cucumis sativus* L., *Dianthus sp,. Diplotaxis erucoides* (L.) DC, *Diplotaxis tenuifolia* (L.) DC., *Echium plantagineum* L., *Equisetum* sp.pl., *Euphorbia* sp., *Ficus carica* L., *Hordeum vulgare* L., *Humulus lupulus* L., *Iris germanica* L., *Lactuca sativa* L., *Linum usitatissimum* L., *Lippia triphylla* (L'Her) Kuntze, *Loranthus europaeus* Jacq., *Lupinus albus* L., *Marrubium vulgare* L., *Mercurialis annua* L., *Mespilus germanica* L., *Nasturtium officinale* R.BR., *Nerium oleander* L., *Nicotiana tabacum* L., *Ocymum basilicum* L., *Origanum vulgare* L., *Petasites hybridus* (L) Gaerth, *Plantago major* L., *Pulmonaria hirta* L., *Prunus avium* L. subsp *avium, Punica granatum* L., *Pyrus communis* L., *Reichardia picroides* (L.) Roth, *Rubia peregrina* L., *Rubus ulmifolius* Schott., *Rumex crispus* L., *Sambucus ebulus* L., *Saponaria officinalis* L., *Silene vulgaris* (Moench) Garcke, *Sorbus aucuparia* L., *Stachys officinalis* L. Trevisan, *Taraxacum officinale* Weber, *Tilia* sp.pl., *Umbilicus rupestris* (Salisb.) Dandy, *Verbascum* sp., *Vicia sativa* L., *Vicia villosa* Roth ssp.);

37 specie hanno 2 utilizzi (*Allium cepa* L., *Althaea officinalis* L., *Arbutus unedo* L., *Arctostaphylos uva- ursi* (L.), *Artemisia absinthium* L,. *Arum italicum* Miller, *Beta vulgaris* L. var. *saccharifera* L., *Borago officinalis* L., *Calamintha nepeta* (L.) Savi, *Cannabis sativa* L., *Capsicum annuum* L. , *Carlina acanthifolia* All., *Centaurium erythraea* Rafn., *Citrus limon* (L.) Burm, *Citrus sinensis* (L.) Osbeck, *Crataegus monogyna* Jacq., *Cynara cardunculus* subsp. *scolymus* (L.)

Hegi, *Dryopteris filix-mas* (L.) Schott, *Hedera helix* L., *Malus domestica* (Borkh.), *Matricaria chamomilla* L., *Mentha x piperita* L., *Origanum majorana* L., *Pimpinella anisum* L., *Pinus pinea* L., *Prunus spinosa* L. subsp. *spinosa, Ricinus communis* L., *Rosmarinus officinalis* L., *Rumex* sp., *Ruta graveolens* L., *Salvia officinalis* L., *Sanguisorba mino*r Scop., *Solanum tuberosum* L., *Triticum aestivum* L., *Vicia faba* L., *Viscum album* L.);

29 piante hanno 3 utilizzi (*Agropyron repens* (L.) Beauv., *Allium sativum* L., *Arundo dona*x (L.), *Asparagus acutifolius* L., *Buxus sempervirens* L., *Cichorium intybus* L., *Corylus avellana* L., *Cydonia oblonga* Miller, *Cynodon dactylon* (L.) Pers, *Foeniculum vulgare* Miller, *Laurus nobilis* L., *Lavandula* sp. pl., *Malva* sp.pl., *Mentha* sp.pl., *Olea europaea* L., *Papaver rhoeas* L., *Parietaria officinalis* L., *Robinia pseudacacia* L., *Rosa* sp. Pl, *Rosa canina* L., *Rubus fruticosus* s.l., *Ruscus aculeatus* L., *Salix alba* L. subsp. *alba, Sonchus* sp.pl., *Tanacetum parthenium* (L.) Sch.Bip., Thymus serpyllum *s.l., Zea mays* L.);

9 specie possiedono 4 utilizzi (*Clematis vitalba* L. *Cornus mas* L., *Cytisus scoparius* L., *Fagus sylvatica* L., *Juniperus communis* L., *Spartium junceum* L., *Ulmus minor* Miller, *Urtica dioica* L. et al. sp., *Vitis vinifera* L.);

3 specie possiedono 5 utilizzi (*Castanea sativa* L., *Juglans regia* L., *Sambucus nigra* L.);

1 specie 6 utilizzi (*Fraxinus ornus* L.);

1 specie 7 utilizzi *(Quercus pubescens* Willd.).

Tabella 1: Usi delle piante considerate

	SPECIE	**Usi Medicinali**	**Usi Alimentari**	**Usi Veterinari**	**Usi Domestici**	**Usi Artigianali**	**Giochi**	**Credenze**	**Proverbi**	**Usi vari**
1.	*Acer campestre* L. (acero campestre)				x					
2.	*Achillea millefolium* L. s.l (millefoglio)	x								
3.	*Aesculus hippocastanum* L. (ippocastano)	x								
4.	*Agropyron repens* (L.) Beauv. (gramigna comune)	x		x			x			
5.	*Allium cepa* L. (cipolla)	x	x							
6.	*Allium sativum* L. (aglio)	x	x		x					

	SPECIE	Usi Medicinali	Usi Alimentari	Usi Veterinari	Usi Domestici	Usi Artigianali	Giochi	Credenze	Proverbi	Usi vari
7.	*Alnus glutinosa* (L.) Gaertn. (ontano comune)				x					
8.	*Althaea officinalis* L. (altea comune)	x		x						
9.	*Apium graveolens* L. (sedano comune)	x								
10.	*Arbutus unedo* L. (corbezzolo)	x	x							
11.	*Arctium lappa* L. (bardana maggiore)	x								
12.	*Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng. (uva ursina)	x	x							
13.	*Artemisia absinthium* L. (assenzio maggiore)	x						x		
14.	*Artemisia vulgaris* L. (assenzio selvatico)			x						
15.	*Arum italicum* Miller (gigaro chiaro)	x		x						
16.	*Arundo donax* (L.) (canna domestica)	x			x		x			
17.	*Asparagus acutifolius* L. (asparago pungente)	x	x							x
18.	*Asparagus officinalis* L. (asparago comune)	x								
19.	*Atropa bella-donna* L. (belladonna)									x
20.	*Beta vulgaris L. var. saccha-rifera* L. (barbabietola da zucchero)		x	x						
21.	*Borago officinalis* L. (borragine comune)	x	x							
22.	*Brassica oleracea* L. (cavolo comune)	x								
23.	*Buxus sempervirens* L. (bosso)	x				x				x

	SPECIE	Usi Medicinali	Usi Alimentari	Usi Veterinari	Usi Domestici	Usi Artigianali	Giochi	Credenze	Proverbi	Usi vari
24.	*Calamintha nepeta* (L.) Savi (mentuccia comune)	x	x							
25.	*Calendula arvensis* (Vaill.) L. (fiorrancio selvatico)				x					
26.	*Campanula rapunculus* L. (raponzolo)		x							
27.	*Cannabis sativa* L. (canapa comune)			x						x
28.	*Capsella bursa-pastoris* (L.) Medicus (borsa pastore)	x								
29.	*Capsicum annuum* L. (peperoncino)		x	x						
30.	*Carlina acanthifolia* All. (carlina zolfina)		x				x			
31.	*Castanea sativa* Miller (castagno)		x		x	x	x	x		
32.	*Centaurium erythraea* Rafn. (centaurea minore)	x			x					
33.	*Chelidonium majus* L. (celidonia)	x								
34.	*Chenopodium bonus-henricus* L. (farinello buon-enrico)		x							
35.	*Cichorium intybus* L. (cicoria comune)	x	x		x					
36.	*Citrus limon* (L.) Burm (limone)-coltivata	x			x					
37.	*Citrus sinensis* (L.) Osbeck-(arancio)-coltivata	x	x							
38.	*Clematis vitalba* L. (clematide vitalba)		x		x		x	x		
39.	*Clinopodium vulgare* L. (clinopodio dei boschi)		x							
40.	*Colutea arborescens* L. (vescicaria)									x

	SPECIE	Usi Medicinali	Usi Alimentari	Usi Veterinari	Usi Domestici	Usi Artigianali	Giochi	Credenze	Proverbi	Usi vari
41.	*Conium maculatum* L. (cicuta maggiore)	x								
42.	*Cornus mas* L. (corniolo)	x	x		x				x	
43.	*Corylus avellana* L. (nocciolo)		x		x			x		
44.	*Crataegus monogyna* Jacq. (biancospino comune)	x	x							
45.	*Cyclamen hederifolium* Aiton (ciclamino napoletano)	x								
46.	*Cydonia oblonga* Miller (cotogno)	x	x		x					
47.	*Cynara cardunculus subsp. scolymus* (L.) Hegi (carciofo)	x		x						
48.	*Cynodon dactylon* (L.) Pers (gramigna comune)	x	x					x		
49.	*Cytisus scoparius* L. (ginestra dei carbonai)				x	x	x			x
50.	*Cucumis sativus* L. (cetriolo)	x								
51.	*Dianthus sp.* (garofano coltivato)							x		
52.	*Diplotaxis erucoides* (L.) DC. (ruchetta violacea)		x							
53.	*Diplotaxis tenuifolia* (L.) DC. (ruchetta selvatica)		x							
54.	*Dryopteris filix-mas* (L.)	x								x
55.	*Echium plantagineum* L. (viperina plantaginea)									x
56.	*Equisetum* sp.pl. (equiseti)	x								
57.	*Euphorbia* sp. (euforbia)	x								

	SPECIE	Usi Medicinali	Usi Alimentari	Usi Veterinari	Usi Domestici	Usi Artigianali	Giochi	Credenze	Proverbi	Usi vari
58.	*Fagus sylvatica* L. (faggio)		x		x	x				x
59.	*Ficus carica* L. (fico)	x								
60.	*Foeniculum vulgare* Miller (finocchio comune)	x	x							x
61.	*Fraxinus ornus* L. (orniello)	x		x	x		x		x	x
62.	*Gentiana lutea* L. (genziana maggiore)	x	x	x						x
63.	*Hedera helix* L. (edera)	x			x					
64.	*Hordeum vulgare* L. (orzo coltivato)	x								
65.	*Humulus lupulus* L. (Luppolo comune)		x							
66.	*Iris germanica* L. (giglio paonazzo)									x
67.	*Juglans regia* L. (noce comune)	x	x		x			x		x
68.	*Juniperus communis* L. (ginepro comune).	x	x		x					x
69.	*Lactuca sativa* L. (lattuga coltivata)	x								
70.	*Laurus nobilis* L. (alloro)	x	x							x
71.	*Lavandula* sp. pl. (lavande)	x			x			x		
72.	*Linum usitatissimum* L. (lino coltivato)	x								
73.	*Lippia triphylla* (L'Her) Kuntze (erba-Luigia)	x								
74.	*Loranthus europaeus* Jacq. (vischio quercino)				x					

	SPECIE	Usi Medicinali	Usi Alimentari	Usi Veterinari	Usi Domestici	Usi Artigianali	Giochi	Credenze	Proverbi	Usi vari
75.	*Lupinus albus* L. (lupino bianco)	x								
76.	*Malva* sp.pl. (malve selvatiche)	x		x				x		
77.	*Malus domestica* (Borkh.) (melo comune)	x	x							
78.	*Marrubium vulgare* L. (marrubio)	x								
79.	*Matricaria chamomilla* L. (camomilla comune)	x								x
80.	*Mentha sp.pl.* (menta)	x	x		x					
81.	*Mentha x piperita* L. (menta piperita)	x						x		
82.	*Mercurialis annua* L. (mercorella comune)			x						
83.	*Mespilus germanica* L. (nespolo volgare)									x
84.	*Nasturtium officinale* R.BR. (crescione d'acqua)	x								
85.	*Nerium oleander* L. (oleandro)	x								
86.	*Nicotiana tabacum* L. (tabacco Virginia)	x								
87.	*Ocymum basilicum* L. (basilico)	x								
88.	*Olea europaea* L. (olivo)	x						x		x
89.	*Origanum majorana* L. (maggiorana)	x	x							
90.	*Origanum vulgare* L. (origano comune)	x								
91.	*Papaver rhoeas* L. (papavero comune)	x		x			x			

	SPECIE	Usi Medicinali	Usi Alimentari	Usi Veterinari	Usi Domestici	Usi Artigianali	Giochi	Credenze	Proverbi	Usi vari
92.	*Parietaria officinalis* L. (vetriola comune)	x		x	x					
93.	*Petasites hybridus* (L.Gaerth)									x
94.	*Pimpinella anisum* L. (anice vero)		x							x
95.	*Pinus pinea* L. (pino domestico)		x					x		
96.	*Plantago major* L. (piantaggine maggiore)	x								
97.	*Pulmonaria hirta* L. (pulmonaria)	x								
98.	*Prunus avium* L. subsp avium (ciliegio)	x								
99.	*Prunus spinosa* L. *subsp. spinosa* (pruno selvatico)	x						x		
100.	*Punica granatum* L. (melograno)	x								
101.	*Pyrus communis* L. (pero comune)	x								
102.	*Quercus pubescens* Willd. (roverella)		x	x	x	x	x	x		x
103.	*Reichardia picroides* (L.) Roth (caccialepre)		x							
104.	*Ricinus communis* L. (ricino)	x								x
105.	*Robinia pseudacacia* L. (robinia)	x			x					x
106.	*Rosa sp. pl* (rose coltivate)	x						x		x
107.	*Rosa canina* L. (rosa canina)	x	x				x			
108.	*Rosmarinus officinalis* L. (rosmarino).	x			x					

	SPECIE	Usi Medicinali	Usi Alimentari	Usi Veterinari	Usi Domestici	Usi Artigianali	Giochi	Credenze	Proverbi	Usi vari
109.	*Rubia peregrina* L. (robbia selvatica)				x					
110.	*Rubus fruticosus* s.l. (rovo)	x	x							x
111.	*Rubus ulmifolius* Schott. (rovo comune)	x								
112.	*Rumex sp.* (romice)	x		x						
113.	*Rumex crispus* L. (romice crespo)									x
114.	*Ruscus aculeatus* L. (rusco)	x	x							x
115.	*Ruta graveolens* L. (ruta comune)	x		x						
116.	*Salix alba* L. subsp. *Alba* (salice bianco)			x	x	x				
117.	*Salvia officinalis* L. (salvia domestica)	x								x
118.	*Sambucus ebulus* L. (ebbio)	x								
119.	*Sambucus nigra* L. (sambuco comune)	x	x		x		x	x		
120.	*Sanguisorba minor* Scop. (salvestrella minore)	x	x							
121.	*Saponaria officinalis* L. (saponaria comune)				x					
122.	*Silene vulgaris* (Moench) Garcke (Silene rigonfia)		x							
123.	*Solanum tuberosum* L. (patata)	x		x						
124.	*Sonchus sp.pl.* (grespigni)	x	x	x						
125.	*Sorbus aucuparia* L. (sorbo degli uccellatori)	x								

	SPECIE	Usi Medicinali	Usi Alimentari	Usi Veterinari	Usi Domestici	Usi Artigianali	Giochi	Credenze	Proverbi	Usi vari
126.	*Spartium junceum* L. (ginestra comune)				x	x		x		x
127.	*Stachys officinalis* L. Trevisan (betonica comune)									x
128.	*Tanacetum parthenium* (L.) Sch.Bip. (matricàle)	x	x					x		
129.	*Taraxacum officinale* Weber (tarassaco comune)	x								
130.	*Thymus serpyllum* s.l. (serpillo)	x	x					x		
131.	*Tilia sp.pl.* (tiglio)	x								
132.	*Triticum aestivum* L. (frumento)	x			x					
133.	*Ulmus minor* Miller (olmo comune)	x			x	x		x		
134.	*Umbilicus rupestris* (Salisb.) Dandy (ombelico di Venere)	x								
135.	*Urtica dioica* L. et al. sp. (ortiche)	x	x	x	x					
136.	*Verbascum* sp. (verbasco)	x								
137.	*Vicia faba* L. (fava)		x	x						
138.	*Vicia sativa* L. (veccia dolce)		x							
139.	*Vicia villosa* Roth ssp. (veccia villosa)									x
140.	*Viscum album* L. (vischio comune)							x		x
141.	*Vitis vinifera* L. (vite)	x	x					x		x
142.	*Zea mays* L. (granoturco)	x			x					x

4.3.1 DESCRIZIONE DEGLI USI MEDICINALI

Delle 142 specie esaminate, 99 venivano usate per scopi medicinali e medicamentosi.

Per le piante ad habitus erbaceo, la parte più utilizzata era quella aerea dei fiori e delle foglie.

Riguardo i fiori, per *Achillea millefolium* L., tisane di fiori venivano impiegate a scopo diuretico, per *Artemisia absinthium* L. il macerato di fiori era usato per gli ascessi dentali e il decotto come digestivo, per *Arum italicum* Mill. impiastri di fiori erano impiegati per infezioni dentali. Per *Origanum majorana* L. l'infuso di fiori era utilizzato per combattere l'alitosi e per favorire la digestione mentre per *Tanacetum parthenium* (L.) l'infuso di fiori e foglie era utilizzato a scopo antielmintico e come abortivo. L'infuso di petali di *Papaver rhoeas* L. era usato come antitussivo.

Per quanto riguarda l'impiego delle foglie, per *Arctium lappa* L. venivano usate come fasciature a scopo cicatrizzante; per *Borago officinalis L.* l'infuso di foglie era usato nelle infiammazioni oculari; per *Calamintha nepeta* L. gli infusi erano ottimi rimedi per problemi intestinali; per *Brassica oleracea* L. le foglie pestate erano un ottimo rimedio per contusioni o distorsioni, il succo per infiammazioni oculari, tritate e poste sulle ferite come emostatico, impiastro insieme a olio e semi di lino per dolori reumatici; per *Capsella bursa-pastoris* (L.) il decotto era usato a scopo emmenagogo e per *Cichorium intybus* L. era utilizzato come regolatore pressorio, disintossicante, diuretico (come per *Urtica dioica* L.), lassativo, digestivo; per *Conium maculatum* L. gli impiastri erano utilizzati contro i gonfiori; per *Malva* sp.pl. gli impiastri erano impiegati per le infiammazioni, gengiviti, ascessi dentari cosi come il decotto di *Matricaria chamomilla* L. e di *Urtica dioica* L., contro l'acne (come per *Umbilicus rupestris* (Salisb. Dandy), gli infusi per lavande vaginali e colluttori; per *Marrubium vulgare* L. gli infusi di foglie erano utilizzati contro le malattie da raffreddamento; per *Mentha* sp. pl. alcune foglie nell'insalata avevano proprietà antielmintiche e gli infusi erano invece usati come dissetante, digestivo, contro l'alitosi. Inoltre le foglie di menta strofinate sulla pelle fungevano da repellente per gli insetti. Per *Mentha x piperita* L., infusi di foglie con timo e salvia erano usate come calmanti di tossi persistenti. Le foglie essiccate e polverizzate di *Nicotiana tabacum* L. invece venivano applicate su ferite a scopo emostatico e cicatrizzante. Per *Ocymum basilicum* L., infusi di foglie erano usati a scopo digestivo (come per *Sanguisorba minor* Scop. e *Tanacetum parthenium* (L.) Sch.Bip.), come disinfettanti del cavo orale e di ferite; per *Origanum vulgare* L. infusi per favorire la digestione e combattere l'alitosi; per *Parietaria officinalis* L. il decotto di foglie veniva usato per le contusioni mentre gli infusi erano considerati "rinfrescanti" dell'apparato urinario, come per *Sonchus* sp.pl.; per *Plantago major* L. le foglie avevavo scopo emostatico e cicatrizzante cosi come per *Rumex* sp. per *Umbilicus rupestris* (Salisb.) e per *Verbascum* sp. Dandy; per *Ruta graveolens* L. il decotto di foglie era usato come antielmintico e abortivo e per *Taraxacum officinale* Weber come antipiretico. Talvolta si faceva uso anche della radice in specie erbacee come nel caso del decotto di *Malva*

sp.pl. con funzioni lassative, per i dolori addominali, per tosse e catarro. Per *Gentiana Lutea* L. il macerato della radice veniva impiegato per regolare la pressione sanguigna, come aperitivo, come digestivo mentre l'infuso di radice era ritenuto utile per disturbi epatici. Per *Althaea officinalis* L. il decotto di radice veniva invece usato per calmare i dolori addominali; per *Chelidonium majus* L. pezzettini di radice venivano applicati sui denti doloranti; per *Cichorium intybus* L. le radici insieme alle foglie venivano utilizzate come decongestionanti.

Spesso veniva consumato il bulbo come per *Allium cepa* L. per farne dei decotti utili contro le malattie da raffreddamento, a scopo antiurico, diuretico, antisettico delle vie urinarie. Fettine di bulbo venivano utilizzate anche contro ascessi dentari e acne. Per *Allium sativum* L. il bulbo veniva utilizzato in diversi modi: strofinato per allieviare il dolore di punture di insetti, in macerato come callifugo, regolatore della pressione sanguigna, contro il colesterolo e come antielmintico.

Il tubero di *Solanum tuberosum* L. veniva applicato invece a fettine su scottature, sugli occhi per infiammazioni oculari, su ematomi e contusioni

Tisane di semi di *Linum usitatissimum* L. venivano usate a scopo antidiarroico, impiastri per problemi dentali, impiastri sul torace per bronchiti, sulle ferite infette, per infiammazioni dermiche.

I semi di *Lupinus albus* L. venivano invece utilizzati in decotto come regolatore pressorio e contro il diabete; quelli di *Ricinus communis* L. venivano utilizzati per ricavarne un olio utilizzato per il mal di testa e gastrite.

I cariossidi venivano utilizzati in *Triticum aestivum* L. per infiammazioni cutanee. La farina degli stessi usata per cataplasmi con la stessa finalità, per decotti e per pediluvi. Anche cariossidi di *Zea mays* L. erano utilizzati sotto forma di farina per arrossamenti cutanei.

Per le piante a portamento arbustivo ed arboreo, le parti più utilizzate erano le foglie, i fiori, i frutti, la corteccia, le radici.

L'uso delle foglie in infusi, decotti ed impiastri è riscontrabile in *Cornus mas* L. come cicatrizzante; in *Salvia officinalis* L. a scopo digestivo, in caso di gastrite, acidità di stomaco e per disturbi intestinali; in *Sambucus nigra* L. per dolori artritici, per scottature e infiammazioni cutanee; in *Ulmus minor* L. a scopo emostatico; in *Juglans regia* L. a scopo cicatrizzante e contro l'acne; in *Laurus nobilis* L. per dolori addominali; in *Arbutus unedo* L. come diuretico; in *Buxus sempervirens* L. come antipiretico; in *Hedera helix* L. come callifugo, nella cura dell'acne, a scopo antinevralgico; in *Rosmarinus officinalis* L. come digestivo, per reumatismi, contro la calvizie, contro asma e malattie da raffreddamento; in *Rubus fruticosus* s.l. contro l'acne, a scopo cicatrizzante e su ascessi; in *Rubus ulmifolius* Schott. come cicatrizzante, disinfettante, contro ascessi dentari e acne; in *Thymus serpyllum s.l.* come digestivo.

L'uso dei fiori si ritrova in *Crataegus monogyna* Jacq. come coadiuvante in diete dimagranti; in *Robinia pseudacacia* L. per dolori addominali (Poggio Moiano); in *Sambucus nigra* L. nelle contusioni, per gonfiori agli arti inferiori e per la tosse, in *Lavandula* sp.pl. come antitussivo, stomachico e contro l'alitosi, in *Nerium oleander* L. a scopo starnutatorio, in *Rosa* sp.pl. come cicatrizzanti, in *Rosmarinus officinalis* L. contro i reumatismi e la calvizie, in *Tilia* sp.pl. contro tossi e bronchiti. Foglie di *Sambucus ebulus* L. si ponevano dentro le calze a contatto con la pianta del piede a scopo antisudorifero.

I semi e i frutti in decotti, in infusi o mangiati interi, erano molto usati in *Juniperus communis* L. a scopo emmenagogo e per i calcoli renali; in *Rosa canina* L. per problemi gastrici e coliche renali; in *Vitis vinifera* L. per problemi intestinali, per il raffreddore con azione anticatarrale e ricostituente contro la tubercolosi polmonare, con funzione lassativa, nei disordini digestivi, nelle coliche epatiche e renali; in *Cydonia oblonga* Miller come regolatori intestinali; in *Laurus nobilis* L. contro reumatismi, contusioni, slogature e con la singolare idea che potessero essere utili contro il veleno di punture di scorpioni; in *Olea europaea* L. per irritazioni da punture di insetti, per capelli e unghie deboli, contro le bronchiti, nella cura della scottature; in *Aesculus hippocastanum* L. per dolori articolari e per i reumatismi; in *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) come disinfettanti delle vie urinarie; in *Ficus carica* L. contro i reumatismi, a scopo antitussivo, per infiammazioni del cavo orale, a scopo lassativo; in *Juniperus communis* L. a scopo emmenagogo, per sciogliere i calcoli renali; in *Malus domestica* (Borkh) come sedativo, coadiuvante nelle diete dimagranti, per problemi intestinali, contro malattie di raffreddamento, per infiammazioni cutanee; in *Prunus avium* L. contro la gotta e come lassativo; in *Prunus spinosa* L. contro le malattie da raffreddamento; in *Punica granatum* L. come astringente; in *Pyrus communis* L. a scopo cicatrizzante; in *Rosa canina* L. contro problemi gastrici e coliche renali; in *Robus ulmifolius* Schott contro il mal di gola; in *Rubus fruticosus* sotto forma di marmellate per il mal di gola; in *Sorbus aucuparia* L. per problemi intestinali.

L'esocarpo di *Citrus limon* (L.) Burm veniva utilizzato in decotti a scopo digestivo mentre quello di *Citrus sinensis* (L.) Osbeck contro le malattie da raffreddamento.

L'uso della corteccia si evidenzia, sotto forma di infusi e decotti o senza procedimenti particolari in piante a portamento arboreo arbustivo come in *Fraxinus ornus* L. a scopo cicatrizzante; in *Sambucus nigra* L. su ascessi o foruncoli o nei dolori artritici; in *Ulmus minor* Miller per infiammazioni cutanee o a scopo disinfettante ed emostatico.

L'uso dei rizomi si rileva in *Arundo donax* (L.) per coliti ed infezioni dell'intestino ma anche in specie erbacee come in *Agropyron repens* (L.) Beauv. come decotto per dolori addominali.

L'uso dei germogli si evidenzia in *Asparagus acutifolius* L., in decotti diuretici e disintossicanti mentre l'uso dei rami in *Asparagus officinalis* L. il cui decotto veniva utilizzato per la cura delle

emorroidi e in *Equisetum* sp.pl. per calmare i dolori addominali e la gotta.

Le brattee venivano utilizzate in *Cynara cardunculus* subsp. *scolymus* (L.) Hegi in infusi per regolarizzare le funzioni epatiche; in *Foeniculum vulgare* Miller il decotto utilizzato per suffumigi in malattie da raffreddamento. Il latice veniva usato in *Euphorbia* sp. e in *Ficus carica* L. per l'eliminazione di porri e verruche.

L'analisi dei dati dimostra che le piante a volte venivano usate intere in infusi, impiastri, decotti, impacchi come in *Calamintha nepeta* (L.) Savi a scopo antielmintico, in *Centaurium erythraea* Rafn. come regolatrice pressoria e delle funzioni epatiche, in *Conium maculatum* L. contro gonfiori e infiammazioni, in *Cynodon dactylon* (L.) Pers. come "rinfrescante", in *Dryopteris filix-mas* (L.) Schott per pediluvi, in *Lactuca sativa* L. per le sue proprietà rilassanti e sedative, in *Lippia triphylla* (L'Her) Kuntze a scopo digestivo e stomachico, in *Nasturtium officinale* R.BR. come diuretico e disintossicante, in *Parietaria officinalis* L. per infiammazioni dentarie, distorsioni, gonfiori, in *Plantago major* L. come astringente e per infiammazioni oculari, in *Pulmonaria hirta* L. come antitussivo, in *Urtica dioica* L. come antidiabetico, in *Verbascum* sp. per la cura delle mastiti. Dai risultati ottenuti si evidenzia che le affezioni più curate erano quelle relative all'apparato gastrointestinale e quelle respiratorie e che la maggior parte degli usi medicinali tradizionali delle piante sono noti in letteratura; le uniche specie non segnalate come piante medicinali nei testi consultati sono l'*Arum italicum Miller*, i cui impiastri di infiorescenze venivano utilizzati per ascessi ed infezioni, e la *Dryopteris filix-mas* (L.) Schott, il cui macerato insieme ad acqua calda e aceto veniva impiegato per i pediluvi lenitivi i gonfiori degli arti inferiori. Altri usi sconosciuti alla letteratura verranno analizzati successivamente nell'approfondimento di questo lavoro sulle specie arboree ed arbustive.

Tabella 2: Usi medicinali

	SPECIE	**Parte utilizzata**	**USO MEDICINALE**
1.	*Achillea millefolium* L. *s.l* (millefoglio)	Fiori	Tisane diuretiche (Contigliano).
2.	*Aesculus hippocastanum* L. (ippocastano)	Achenio	Macerato di castagne nei massaggi per i dolori muscolari (Greccio). Impiastro usato per i reumatismi (Borgo Velino).
3.	*Agropyron repens* (L.) Beauv. (gramigna comune)	Steli, rizomi	L'infuso di steli come "rinfrescante" (Leonessa) e per i dolori addominali (Borgo Velino). Infusi e decotti di rizomi per lo stesso uso (Antrodoco).
4.	*Allium cepa* L. (cipolla)	Bulbo	Decotto del bulbo con latte per raffreddore (Contigliano, Greccio), crudo e cotto a scopo antiurico (Leonessa), a Contigliano e a Poggio Fidoni a scopo diuretico e come antisettico delle vie urinarie. A Poggio Bustone, alcune fettine di bulbo si applicavano sulle carie dei denti a scopo disinfettante. Il decotto per le malattie respiratorie (piani S. Elia). Il bulbo su acne (Petrella Salto).

	SPECIE	Parte utilizzata	USO MEDICINALE
5.	*Allium sativum* L. (aglio)	Bulbo	Strofinato come lenitivo di punture di insetti (Leonessa), macerato come callifugo (S. Elia, Greccio), consumato crudo come "rinfrescante" (Rieti), macerato per regolare la circolazione sanguigna e il colesterolo (Contigliano). Anche l'uso vermifugo era assai noto.
6.	*Althaea officinalis* L. (altea comune)	Radice	Il decotto per calmare dolori addominali (Greccio).
7.	*Apium graveolens* L. (sedano comune)	Bulbo	Infusi e decotti bevuti a scopo antinfiammatorio delle vie urinarie (Poggio Mirteto), come diuretico e dimagrante (S. Elia). Infusi di sedano e cipolle bevuti come depurativi (Greccio). Mangiato crudo contro l'alitosi (S. Elia).
8.	*Arbutus unedo* L. (corbezzolo)	Foglie	Decotto come diuretico (Greccio).
9.	*Arctium lappa* L. (bardana maggiore)	Foglie	Fasciatura con foglie a scopo cicatrizzante (Leonessa).
10.	*Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng. (uva ursina)	Bacche	Spremute come disinfettanti delle vie urinarie (Cicolano).
11.	*Artemisia absinthium* L. (assenzio maggiore)	Fiori	Macerato per ascessi o denti doloranti (Poggio Mirteto). Decotto come digestivo (Castel di Tora). Liquori digestivi (Poggio Bustone).
12.	*Arum italicum* Miller (gigaro chiaro)	Fiori	Impiastri per ascessi dentali ed infezioni (Antrodoco).
13.	*Arundo dona*x (L.) (canna domestica)	Rizomi	Decotto per le coliti ed infezioni dell'intestino (Contigliano).
14.	*Asparagus acutifolius* L. (asparago pungente)	Germogli	Decotto come diuretico o disintossicante (Collevecchio).
15.	*Asparagus officinalis* L. (asparago)	Rami Turioni	Decotto di rami per la cura delle emorroidi (Greccio); turioni e aglio triturati contro le punture di insetti (Contigliano).
16.	*Borago officinalis* L. (borragine comune)	Foglie	L'infuso per infiammazioni oculari (Greccio), usato come diuretico.
17.	*Brassica oleracea* L. (cavolo)	Foglie	Pestate su contusioni o distorsioni; il succo per infiammazioni oculari; tritate su ferite come emostatico (Contigliano). Impiastro con semi di lino e olio per dolori articolari e reumatici (Petrella Salto).
18.	*Buxus sempervirens* L. (bosso)	Foglie	Decotto contro le febbri (Contigliano).
19.	*Calamintha nepeta* (L.) Savi (mentuccia comune)	Pianta Foglie	Tagliuzzata con aglio a scopo antielmintico (Capradosso). Infusi di foglie a scopo digestivo (Magliano Sabino) o contro dolori addominali (Capradosso).

	SPECIE	**Parte utilizzata**	**USO MEDICINALE**
20.	*Capsella bursa-pastoris* (L.) Medicus (borsa pastore)	Foglie	Decotto a scopo emmenagogo (Greccio).
21.	*Centaurium erythraea* Rafn. (centaurea minore)	Pianta	Infuso come regolarizzatore della pressione arteriosa e delle funzioni epatiche (Petrella Salto).
22.	*Chelidonium majus* L. (celidonia)	Latice Radice	Per calmare i dolori dei denti e per gli ascessi (Colli sul Velino). A Colli sul Velino la parte aerea applicata sui denti doloranti.
23.	*Cichorium intybus* L. (cicoria comune)	Foglie Radici	Decotto contro sbalzi pressori (Greccio), come disintossicante, diuretico e lassativo (Magliano Sabino), digestivo (Greccio). Infuso di foglie e radici veniva usato come decongestionante (Contigliano).
24.	*Citrus limon (L.) Burm-* (limone) coltivata	Esocarpo	Decotto a scopo digestivo (Rieti).
25.	*Citrus sinensis* (L.) Osbeck- (arancio) coltivata	Esocarpo	Decotto di esocarpo e frutto contro le malattie da raffreddamento (Poggio Mirteto).
26.	*Conium maculatum* L. (cicuta maggiore)	Foglie Pianta	Impiastri contro gonfiori (Poggio Fidoni, Capradosso). La pianta sminuzzata per infiammazioni (Petrella Salto).
27.	*Cornus mas* L. (corniolo)	Foglie	Su ferite a scopo disinfettante e cicatrizzante (Contigliano).
28.	*Crataegus monogyna* Jacq. (biancospino comune)	Fiori	Infuso coadiuvante in diete dimagranti (Magliano Sabino, Torri in Sabina), come sedativo (Collevecchio), nella cura delle vertigini (Torri in Sabina). Essiccati per tisane calmanti (Leonessa).
29.	*Cyclamen hederifolium Aiton* (ciclamino napoletano)	Bulbo	Fettine per le emorroidi (Greccio).
30.	*Cydonia oblonga* Miller (cotogno)	Frutti	La marmellata si usava per regolare l'intestino.
31.	*Cynara cardunculus subsp. scolymus* (L.) Hegi (carciofo)	Brattee	L'infuso per regolarizzare le funzioni epatiche (Collevecchio).
32.	*Cynodon dactylon* (L.) Pers (gramigna comune)	Pianta	Infuso di gramigna e malva usato come "rinfrescante" (Petrella Salto).
33.	*Cucumis sativus* L. (cetriolo)	Frutto	Fettine poste su irritazioni, screpolature, scottature della pelle (Contigliano).
34.	*Dryopteris filix-mas* (L.) Schott (felce maschio)	Pianta	Macerato di felci e aceto per pediluvi (Greccio).

	SPECIE	Parte utilizzata	USO MEDICINALE
35.	*Equisetum* sp.pl. (equiseti)	Rametti	Decotto per calmare i dolori addominali (Greccio) o per la gotta (Greccio, Contigliano, Terria).
36.	*Euphorbia* sp. (euforbia)	Latice	Sopra calli e porri che poi venivano rimossi meccanicamente (Poggio Mirteto) oppure applicato con una garza sopra denti doloranti (Borgo Velino).
37.	*Ficus carica* L. (fico)	Frutti Latice	Decotto per reumatismi (Magliano Sabina), a scopo antitussivo (Capradosso), per infiammazioni del cavo orale (Poggio Mirteto). Mangiati a scopo lassativo (Torri in Sabina). Il latice per eliminare porri e verruche (S. Elia).
38.	*Foeniculum vulgare* Miller (finocchio comune)	Brattee	Decotto veniva usato in suffumigi per il raffreddore (Poggio Bustone).
39.	*Fraxinus ornus* L. (orniello)	Corteccia	A scopo cicatrizzante sulle ferite (S. Elia, Contigliano, Leonessa).
40.	*Gentiana lutea* L. (genziana maggiore)	Radice	Macerato regolatore pressione sanguigna (Capradosso). Aperitivo (Greccio) o digestivo (Poggio Bustone) il macerato in vino della radice. L'infuso per disturbi epatici (Petrella Salto).
41.	*Hedera helix* L. (edera)	Foglie	Come callifugo naturale, (Greccio). Nella cura dell'acne (zona di Concerviano). Infusi a scopo antinevralgico (Magliano Sabino).
42.	*Hordeum vulgare* L. (orzo coltivato)	Semi	Decotto come ”rinfrescante” (Greccio).
43.	*Juglans regia* L. (noce comune)	Foglie Mallo	Applicate su ferite a scopo cicatrizzante (Magliano Sabino). Impiastri contro l'acne (Greccio). Il mallo sulla cute affetta da alopecia e calvizie (Greccio).
44.	*Juniperus communis* L. (ginepro comune).	Coccole	Vicino Cittaducale, le bacche usate per decotti a scopo emmenagogo o per sciogliere i calcoli renali (Contigliano e Greccio).
45.	*Lactuca sativa* L. (lattuga coltivata)	Pianta	Il decotto per le sue proprietà rilassanti e sedative (Torri in Sabina).
46.	*Laurus nobilis* L. (alloro)	Drupe Foglie	Drupe contro le punture di scorpioni (Greccio). L'infuso con foglie di alloro veniva utilizzato per dolori addominali e aerofagia (S. Elia, Cittaducale). Infusi di foglie in caso di gastrite (Capradosso). Macerato di drupe e olio di oliva applicato su parti doloranti per reumatismi (Poggio Mirteto). Lo stesso macerato veniva frizionato su contusioni o slogature. Decotto di foglie di alloro e salvia applicato sul capo contro la calvizie (Leonessa).
47.	*Lavandula* sp. pl. (lavande)	Fiori	Infuso come antitussivo e stomachico (Magliano Sabino). Il decotto contro l’alitosi (S. Elia).

	SPECIE	Parte utilizzata	USO MEDICINALE
48.	*Linum usitatissimum* L. (lino coltivato)	Semi	Tisane antidiarroiche, gli impiastri per il mal di denti (Leonessa). Applicazioni sul torace in caso di bronchiti, Stesso impiastro sulle ferite infette (Cittaducale), per curare le infiammazioni della pelle (Concerviano e Poggio Fidoni).
49.	*Lippia triphylla* (L'Her) Kuntze (erba-Luigia)	Pianta	Iinfuso come digestivo e stomachico (Magliano Sabino).
50.	*Lupinus albus* L. (lupino bianco)	Semi	Macinati per la cura del diabete (Greccio), decotto come regolatore pressorio (Contigliano).
51.	*Malva* sp.pl. (malve selvatiche)	Foglie Radice	Impiastro per le infiammazioni (Leonessa, Poggio Fidoni, S. Elia, Colle Rinaldo, Contigliano), il decotto della radice come lassativo (Leonessa), per i dolori addominali (zona di Cittaducale, S. Elia), per tosse e catarro (Leonessa). Foglie essiccate e fresche per infiammazioni alle gengive e per ascessi. Gli impiastri contro l'acne (zona Concerviano). Lavande per emorroidi (S. Elia). Infusi di foglie per lavande vaginali e come colluttori (S. Elia, Contigliano).
52.	*Malus domestica* (Borkh.) (melo comune)	Frutto	Infuso come sedativo (Collevecchio), coadiuvante nelle diete dimagranti (Torri in Sabina), nella cura delle vertigini (Torri in Sabina); decotti per problemi intestinali (Rieti), contro i raffreddori e le malattie respiratorie (Magliano Sabino, Leonessa). Fettine applicate su infiammazioni cutanee a scopo antinfiammatorio (Magliano Sabino).
53.	*Marrubium vulgare* L. (marrubio)	Foglie	Infusi contro malattie da raffreddamento (Poggio Bustone).
54.	*Matricaria chamomilla* L. (camomilla comune)	Fiori	Decotto di fiori con foglie di salvia per problemi dentali (Greccio).
55.	*Mentha* sp.pl. (menta)	Foglie	Alcune foglie nell'insalata a scopo antielmintico o in infuso come dissetante, digestivo, contro l'alitosi (Contigliano). Strofinato su punture di insetti per ridurre prurito ed infiammazione (Greccio).
56.	*Mentha x piperita* L. (menta piperita)	Foglie	Infusi di menta piperita, timo e salvia come calmanti tossi persistenti (Magliano Sabino).
57.	*Nasturtium officinale* R.BR. (crescione d'acqua)	Pianta	Mangiato crudo a scopo diuretico e disintossicante (Contigliano).
58.	*Nerium oleander* L. (oleandro)	Fiori	Essiccati ridotti in polvere annusati a scopo starnutatorio. (Passo Corese, Osteria Nuova, Poggio Mirteto).
59.	*Nicotiana tabacum* L. (tabacco Virginia)	Foglie	Polvere di foglie essiccate applicata su ferite a scopo emostatico e cicatrizzante (Magliano Sabino).
60.	*Ocymum basilicum* L. (basilico)	Foglie	Infusi a scopo digestivo, come disinfettanti del cavo orale e di ferite (Magliano Sabino). Le foglie fatte macerare con olio di oliva, applicate sulle zone della pelle in cui sono penetrate schegge di legno o spine.

	SPECIE	Parte utilizzata	USO MEDICINALE
61	*Olea europaea* L. (olivo)	Drupe	Irritazioni da punture di insetti (S. Elia). Capelli sfibrati (Contigliano) e unghie deboli (Greccio, Magliano Sabino, S. Elia). Scaldato, nelle orecchie per sciogliere cerume (S. Elia). Olio ferrato per massaggi sul torace nelle bronchiti (Cicolano Poggio Bustone, Rieti, Cantalice, Petrella Salto). La cera della candela mescolata all'olio nella cura delle scottature (Antrodoco, Cantalice, Cittaducale, Petrella Salto).
62.	*Origanum majorana* L. (maggiorana)	Fiori	Infuso per favorire la digestione (Poggio Mirteto) e per combattere l'alitosi (Contigliano).
63.	*Origanum vulgare* L. (origano comune)	Foglie	Decotto per pediluvi rinfrescanti (Greccio).
64.	*Papaver rhoeas* L. (papavero comune)	Semi Capsule Petali	La tisana di semi veniva usata per far addormentare i bambini (S. Elia). A scopo calmante l'infuso di capsule (Contigliano). Come antitussivo, infuso di petali (Leonessa, Greccio).
65.	*Parietaria officinalis* L. (vetriola comune)	Pianta Foglie	La parte fresca su ascessi dentari (Capradosso) e su distorsioni (Greccio) o gonfiori alle ginocchia (Paganico). Il decotto di foglie con cui si imbevevano delle garze su contusioni (Contigliano). Infusi bevuti come "rinfrescanti" dell'apparato digerente e urinario (Magliano Sabino, Greccio, Contigliano, Capradosso). Per la cura dell'acne (Borgo Velino).
66.	*Plantago major* L. (piantaggine maggiore)	Pianta Foglie	Decotto come astringente o applicato con impacchi su infiammazioni oculari (Greccio). Foglie su ferite o infiammazioni dermiche (Contigliano Greccio), a scopo cicatrizzante ed emostatico (Magliano Sabino), sugli ematomi (Contigliano).
67.	*Pulmonaria hirta* L. (pulmonaria)	Pianta	Decotto utilizzato come antitussivo (Albaneto).
68.	*Prunus avium* L.subsp *avium* (ciliegio)	Frutti	Mangiati contro la gotta, come lassativi, (Magliano Sabino), come diuretici (Contigliano).
69.	*Prunus spinosa* L. subsp.*spinosa* (pruno selvatico)	Frutti	I decotti di frutti bevuti per le malattie da raffreddamento (Leonessa).
70.	*Punica granatum* L. (melograno)	Frutti	Spremuta come astringente (Magliano Sabina).
71.	*Pyrus communis* L. (pero comune)	Frutti	Tagliati a fette a scopo cicatrizzante sulle ferite (Magliano Sabino).
72.	*Ricinus communis* L. (ricino)	Semi	Olio di ricino per il mal di testa e il bruciore di stomaco (DI MARIO, 1993). Durante il fascismo somministrato forzatamente agli oppositori come purgante (DI MARIO, 1993).
73.	*Robinia pseudacacia* L. (robinia)	Fiori	Decotto per dolori addominali (Poggio Moiano).

	SPECIE	Parte utilizzata	USO MEDICINALE
74.	*Rosa* sp. pl (rose coltivate)	Fiori	Petali sulle ferite come cicatrizzanti (Leonessa).
75.	*Rosa canina* L. (rosa canina L.)	Cinorridi	Il decotto alleviava i dolori addominali (Greccio). Lo stesso preparato attenuava coliche renali (Greccio).
76.	*Rosmarinus officinalis* L. (rosmarino)	Foglie Fiori	Infusi per bibita digestiva (Antrodoco). Macerato di foglie e fiori per reumatismi (Greccio). Decotto applicato sulla cute contro la calvizie (Contigliano). Vapori degli infusi delle foglie contro l'asma e malattie da raffreddamento (Albaneto).
77.	*Rubus fruticosus* s.l. (rovo)	Foglie Frutti	Impiastri di foglie contro l'acne (Concerviano, Capradosso, Contigliano, Poggio Bustone, Petrella Salto), a scopo cicatrizzante (Capradosso, Leonessa, Petrella Salto), applicati su ascessi (Poggio Bustone, Contigliano, Petrella Salto). Le marmellate di more per il mal di gola.
78.	*Rubus ulmifolius* Schott. (rovo comune)	Foglie Frutti	Sulle ferite a scopo disinfettante e cicatrizzante (Capradosso, Leonessa, Petrella Salto). Le foglie pestate applicate su ascessi (Poggio Bustone, Contigliano, Petrella Salto) e contro l'acne (Concerviano, Capradosso, Contigliano, Poggio Bustone, Petrella Salto). I frutti per marmellate contro il mal di gola.
79.	*Rumex* sp (romice)	Foglie	Impiastro per la cura dell'acne e su ferite (Capradosso). Applicate su ascessi dentari e processi infiammatori per lenire dolore e infiammazione (Greccio).
80.	*Ruscus aculeatus* L. (rusco)	Rami	Decotto a scopo digestivo (Terria).
81.	*Ruta graveolens* L. (ruta comune)	Foglie	Decotto come antielmintico (Contigliano, Poggio Mirteto, Poggio Catino), frizionato sul capo contro i pidocchi (Albaneto), usato anticamente come abortivo (Albaneto).
82.	*Salvia officinalis* L. (salvia domestica)	Foglie	Infusi e decotti a scopo digestivo (Magliano Sabino) e in caso di gastrite ed acidità di stomaco (Greccio, Contigliano). Tisane per disturbi intestinali (Cittaducale) e per il mal di gola.
83.	*Sambucus ebulus* L. (ebbio)	Foglie	Si ponevano dentro le calze a contatto con la pianta del piede a scopo antisudorifero (Rieti, Borgovelino).
84.	*Sambucus nigra* L. (sambuco comune)	Corteccia Foglie Fiori	Riccetti di corteccia su ascessi o foruncoli (Poggio Fidoni, Capradosso). Foglie giovani per impacchi per scottature e infiammazioni cutanee (Magliano Sabino). Nelle contusioni l'impiastro di fiori e "sugna" (Greccio). A Greccio l'infuso di fiori per i pediluvi. Un decotto di foglie e scorza nei dolori artritici (Petrella Salto). Decotti di fiori rappresentavano un rimedio per la tosse (Leonessa).

	SPECIE	Parte utilizzata	USO MEDICINALE
85.	*Sanguisorba minor* Scop. (salvestrella minore)	Foglie	In insalata hanno scopo digestivo (S. Elia).
86.	*Solanum tuberosum* L. (patata)	Tubero	Fettine su scottature per lenire il dolore (S. Elia), sugli occhi per infiammazioni oculari e per attenuare gonfiori (Rieti) o su ematomi e contusioni (Magliano Sabino, Leonessa).
87.	*Sonchus* sp.pl. (grespigni)	Latice Foglie	Latice sulla pelle irritata da punture di insetti (Leonessa). Latice ed acqua a scopo digestivo (Greccio) mentre le foglie per le loro proprietà "rinfrescanti" (Greccio, Contigliano).
88.	*Sorbus aucuparia* L. (sorbo degli uccellatori)	Frutti	Frutti maturi a scopo lassativo mentre i frutti cotti come astringenti (Contigliano).
89.	*Tanacetum parthenium* (L.) Sch.Bip. (matricàle)	Foglie Fiori	Infuso a scopo antielmintico e mangiato durante la gravidanza a scopo digestivo (Capradosso).
90.	*Taraxacum officinale* Weber (tarassaco comune)	Foglie	Decotto come antipiretico (Leonessa) e come diuretico (Contigliano).
91.	*Thymus serpyllum* s.l. (serpillo)	Rami Foglie	Infuso di rametti e foglie era bevuto per favorire la digestione e eliminare gonfiori addominali (Collevecchio). A Contigliano usato come digestivo. A Magliano Sabino alcune foglie fresche venivano strofinate su piccole ferite a scopo cicatrizzante.
92.	*Tilia* sp.pl. (tiglio)	Fiori	Tisane contro tossi e bronchiti.
93.	*Triticum aestivum* L. (frumento)	Cariossidi	Cariossidi su infiammazioni cutanee (Collevecchio), oppure cataplasmi con farina per la stessa finalità (Magliano Sabina). Decotto di semola per pediluvi (Poggio Fidoni). Mollica di pane e lievito su ascessi dentari per lenire il dolore e l'infiammazione (Capradosso).
94.	*Ulmus minor* Miller (olmo comune)	Corteccia Foglie	Decotto o riccioli di scorza su infiammazioni cutanee a scopo disinfettante ed emostatico (Leonessa, S. Elia, Petrella Salto, Borgovelino, Greccio). A Greccio le foglie a scopo emostatico.
95.	*Umbilicus rupestris* (Salisb.) Dandy (ombelico di Venere)	Foglie	Impacchi su ferite a scopo disinfettante ed emostatico (Contigliano), su foruncoli a scopo maturativo (Poggio Catino).
96.	*Urtica dioica* L. et al. sp. (ortiche)	Foglie Pianta	Sulle contusioni si applicavano bollite o pestate (Leonessa). Le stesse erano anche usate per il mal di denti e per la gotta. Tisane contro le coliche da calcoli e come diuretico. A Greccio la pianta lessa era mangiata a scopo antidiabetico.
97.	*Verbascum sp.*(verbasco)	Foglie Pianta Fiori	Su ferite a scopo disinfettante e cicatrizzante (Greccio). Decotti di pianta per impacchi sui seni affetti da mastite (Castel di Tora). Macerato di fiori e vino, contro reumatismi e dolori artritici (Contigliano).

	SPECIE	Parte utilizzata	USO MEDICINALE
98.	*Vitis vinifera* L. (vite)	Frutti	Spremuta per problemi intestinali (S. Elia). Acini essiccati in acqua calda o per la tosse e per il raffreddore. Mangiata come anticatarrale e ricostituente, contro la tubercolosi polmonare, lassativo, per disordini digestivi, nelle coliche epatiche e renali con la sua azione diuretica. Con l'aceto di vino si combatteva invece la pediculosi. Era anche efficace per rendere più luminosi i capelli (S. Elia).
99.	*Zea mays* L. (granoturco)	Cariossidi Stili	Farina di mais sugli arrossamenti della pelle (Capradosso). Decotti di stili come diuretico (Piana reatina, Greccio, Contigliano).

4.3.2. DESCRIZIONE DEGLI USI ALIMENTARI

Nel lavoro vengono menzionate ben 51 specie di interesse alimentare, la maggior parte ricercate al fine di consumarle cotte (*Allium cepa* L., *Arbutus unedo* L., *Asparagus acutifolius* L., *Beta vulgaris* L. var. *saccharifera*, L. *Borago officinalis* L., *Carlina acanthifolia* All., *Castanea sativa* Miller, *Chenopodium bonus-henricus* L., *Cichorium intybus* L., *Clematis vitalba* L., *Corylus avellana* L., *Cynodon dactylon* (L.) Pers, *Diplotaxis erucoides* (L.) DC., *Humulus lupulus* L., *Pinus pinea* L., *Quercus pubescens* Willd., *Reichardia picroides* (L.) Roth, *Silene vulgaris* (Moench) Garcke, *Sonchus* sp.pl., *Tanacetum parthenium* (L.) Sch.Bip., *Urtica dioica* L. et al. sp., *Vicia faba* L., *Vicia sativa* L.), altre sono ricercate per consumarle crude (*Castanea sativa* Miller, *Corylus avellana* L., *Crataegus monogyna* Jacq. , *Cydonia oblonga* Miller, *Diplotaxis tenuifolia* (L.) DC., *Malus domestica* (Borkh.), *Pinus pinea* L., *Rosa canina* L., *Vicia faba* L., *Vitis vinifera* L.), in insalate (*Borago officinalis* L., *Calamintha nepeta (L.) Savi, Campanula rapunculus* L., *Clematis vitalba* L., *Fagus sylvatica* L., *Sanguisorba mino*r Scop., *Sonchus sp.pl., Urtica dioica* L. et al. sp., *Vicia faba* L.) o frittate (*Asparagus acutifolius* L., *Humulus lupulus* L., *Reichardia picroides* (L.) Roth, *Ruscus aculeatus* L., *Silene vulgaris* (Moench) Garcke, *Urtica dioica* L. et al. sp.).

Altre piante sono ricercate per i frutti impiegati spesso per la preparazione di marmellate (*Arbutus unedo* L., *Cornus mas* L., *Rosa canina* L., *Rubus fruticosus* s.l., *Sambucus nigra* L. Alcune piante sono usate in liquori (*Gentiana lutea* L., *Juglans regia* L., *Juniperus communis* L.). Altre come condimento (*Allium cepa* L., *Allium sativum* L., *Calamintha nepeta* (L.) Savi, *Capsicum annuum* L., *Citrus sinensis* (L.) Osbeck, *Clinopodium vulgare* L., *Foeniculum vulgare* Miller, *Juniperus communis* L., *Laurus nobilis* L., *Mentha* sp.pl., *Origanum majorana* L., *Pimpinella anisum* L., *Thymus serpyllum* s.l).

La maggior parte degli usi alimentari rilevati è già stata descritta nella letteratura consultata.

Risulta nuovo ad esempio, l'uso di *Vicia sativa* L. (veccia) i cui semi venivano utilizzati in tempi di carestia anche per farne il pane.

Da qui il detto leonessano “ntempu de carestia, pà de veccia" o l’uso di ghiande di *Quercus pubescens* Willd. che venivano mangiate arrostite oppure, tostate, erano un surrogato del caffè. Sconosciuto anche l’uso di giovani foglie di *Fagus sylvatica* L. mangiate in insalata.

Tabella 3: Usi alimentari

	SPECIE	**cotte**	**crude**	**frittate**	**insalate**	**marmellate**	**liquori**	**condimenti**
1.	*Allium cepa* L. (cipolla)	bulbo						bulbo
2.	*Allium sativum* L. (aglio)							bulbo
3.	*Arbutus unedo* L. (corbezzolo)	frutti				frutti		
4.	*Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng. (uva ursina)		bacche					
5.	*Asparagus acutifolius* L. (asparago pungente)	germogli		germogli				
6.	*Beta vulgaris L. var. saccharifera* L. (barbabietola da zucchero)	radici						
7.	*Borago officinalis* L. (borragine comune)	foglie			foglie			
8.	*Calamintha nepeta* (L.) Savi (mentuccia comune)				foglie			foglie
9.	*Campanula rapunculus* L. (raponzolo)				radici			
10.	*Capsicum annuum* L. (peperoncino)							frutto
11.	*Carlina acanthifolia* All. (carlina zolfina)	capolini						
12.	*Castanea sativa* Miller (castagno)	castagne	Castagne essiccate					
13.	*Chenopodium bonus-henricus* L. (farinello buon-enrico)	foglie						
14.	*Cichorium intybus* L. (cicoria comune)	foglie						

	SPECIE	**cotte**	**crude**	**frittate**	**insalate**	**marmellate**	**liquori**	**condimenti**
15.	*Citrus sinensis* (L.) Osbeck- (arancio) coltivata							esocarpo
16.	*Clematis vitalba* L. (clematide vitalba)	Germogli freschi		Germogli freschi	Germogli freschi			
17.	*Clinopodium vulgare* L. (clinopodio dei boschi)							foglie
18.	*Cornus mas* L. (corniolo)					drupe		
19.	*Corylus avellana* L. (nocciolo)	Semi in dolci	semi					
20.	*Crataegus monogyna* Jacq. (biancospino comune)		frutti					
21.	*Cydonia oblonga* Miller (cotogno)		Frutti essiccati					
22.	*Cynodon dactylon* (L.) Pers (gramigna comune)	pianta						
23.	*Diplotaxis erucoides* (L.) DC. (ruchetta violacea)	foglie						
24.	*Diplotaxis tenuifolia* (L.) DC. (ruchetta selvatica)		foglie					
25.	*Fagus sylvatica* L. (faggio)				foglie			
26.	*Foeniculum vulgare* Miller (finocchio comune)							foglie
27.	*Gentiana lutea* L. (genziana maggiore)						radice	
28.	*Humulus lupulus* L. (luppolo comune)	germogli		germogli				
29.	*Juglans regia* L. (noce comune)						mallo	
30.	*Juniperus communis* L. (ginepro comune).						coccole	coccole
31.	*Laurus nobilis* L. (alloro)							foglie
32.	*Malus domestica* (Borkh.) (melo comune)		frutti					
33.	*Mentha* sp.pl. (menta)							foglie
34.	*Origanum majorana* L. (maggiorana)							foglie
35.	*Pimpinella anisum* L. (anice vero)							semi
36.	*Pinus pinea* L. (pino domestico)	semi	semi					

	SPECIE	cotte	crude	frittate	insalate	marmellate	liquori	condimenti
37.	*Quercus pubescens* Willd. (roverella)	ghiande						
38.	*Reichardia picroides* (L.) Roth (caccialepre)	foglie		foglie				
39.	*Rosa canina* L. (rosa canina)		cinorridi			cinorridi		
40.	*Rubus fruticosus* s.l. (rovo)					frutti		
41.	*Ruscus aculeatus* L. (rusco)			germogli				
42.	*Sambucus nigra* L. (sambuco comune)					frutti		
43.	*Sanguisorba minor* Scop. (salvestrella minore)				foglie			
44.	*Silene vulgaris* (Moench) Garcke (silene rigonfia)	germogli		germogli				
45.	*Sonchus sp.pl.* (grespigni)	foglie			foglie			
46.	*Tanacetum parthenium* (L.) Sch.Bip. (matricàle)	foglie						
47.	*Thymus serpyllum* s.l. (serpillo)							foglie
48.	*Urtica dioica* L. et al. sp. (ortiche)	foglie		foglie	foglie			
49.	*Vicia faba* L. (fava)	semi	semi		cime			
50.	*Vicia sativa* L. (veccia dolce)	semi						
51.	*Vitis vinifera* L. (vite)		Acini essiccati					

4.3.3. DESCRIZIONE DEGLI USI VETERINARI

Sono state menzionate 22 specie di interesse veterinario.

Per le preparazioni veniva utilizzata sia l'intera pianta, sia le foglie, così come anche i frutti, i rizomi e la corteccia. Alcune di questi usi sono o erano di pratica corrente per la cura delle medesime affezioni sia nella terapia umana che in quella veterinaria come ad esempio quelli legati all'impiego delle malve (*Malva* sp.pl.), dell'*Agropyron repens* (L.) Beauv, del *Cynara cardunculus* L. per problemi intestinali, della *Ruta graveolens* L. come antielmintico, del *Fraxinus ornus* L. nella cura delle ferite.

Dall'analisi dei confronti effettuati con la bibliografia consultata, risulta nuovo l'uso dei rizomi della gramigna (*Agropyron repens* (L.) Beauv.) anziché degli steli, dati in pasto agli animali con

problemi intestinali e l'uso del peperoncino (*Capsicum annuum* L.) che veniva crudelmente strofinato sui genitali delle femmine dei suini per favorire gli accoppiamenti.

Anche l'uso della genziana (*Gentiana lutea* L.) nei pastoni per gli animali, non è stato menzionato in nessun testo consultato.

Singolare e non citato nella letteratura farmacobotanica corrente, tranne che in alcune pubblicazioni di carattere etnobotanico nazionali, è l'uso del *Fraxinus ornus* L. come antisettico negli animali.

Tabella 4: Usi veterinari

	SPECIE	**parte**	**Descrizione**
1.	*Agropyron repens* (L.) Beauv. (gramigna comune)	rizomi	In pasto agli animali con problemi intestinali (Antrodoco).
2.	*Althaea officinalis* L. (altea comune)	radice	Battuta e cotta applicata su ferite e contusioni di animali domestici e da lavoro a scopo antinfiammatorio (Greccio).
3.	*Artemisia vulgaris* L. (assenzio selvatico)	Parte aerea	In pasto ai bovini a scopo antielmintico (Contigliano).
4.	*Arum italicum* Miller (gigaro chiaro)	Pianta	Cotta, si somministrava ai maiali con problemi intestinali (Poggio Bustone).
5.	*Beta vulgaris* L. var. *saccharifera* L. (barbabietola da zucchero)	Tubero	Nei pastoni del pollame (S. Elia).
6.	*Cannabis sativa* L. (canapa comune).	Semi	I semi si davano in pasto agli uccellini (Leonessa).
7.	*Capsicum annuum* L. (peperoncino)	Frutti	Per favorire gli accoppiamenti nei maiali si strofinava sugli organi genitali delle scrofe (S. Elia).
8.	*Cynara cardunculus* subsp. *scolymus* (L.) Hegi (carciofo)	Foglie	Somministrate ai bovini con grossa tensione addominale (Collevecchio).
9.	*Fraxinus ornus* L. (orniello)	Corteccia	La parte interna della scorza sulle ferite degli animali (S. Elia).
10.	*Gentiana lutea* L. (genziana)	Radice	A Leonessa, si metteva insieme alla biada e si dava agli animali come nutriente.
11.	*Malva* sp.pl. (malve selvatiche)	Foglie	"L'acqua di malva" a suini con problemi intestinali (Poggio Fidoni). Il decotto, con l'aggiunta di olio, come purgante per i maiali (Petrella Salto), per il "pappone" di galline e tacchini (Rieti, Poggio Bustone).
12.	*Mercurialis annua* L. (mercorella comune)	Pianta	Il decotto, purgante, si somministrava a bovini con problemi intestinali (Poggio Mirteto).
13.	*Papaver rhoeas* L. (papavero comune)	Pianta	In pasto alle galline (Paganico) e alle anatre (Capradosso).
14.	*Parietaria officinalis* L. (vetriola comune)	Foglie	Cibo per galline (Antrodoco, Poggio Bustone) e tacchini (Poggio Bustone).

	SPECIE	parte	Descrizione
15.	*Quercus pubescens* Willd. (roverella)	Corteccia	Il decotto somministrato agli animali come disinfettante intestinale (Greccio).
16.	*Rumex sp.* (romice)	Foglie	Dati in pasto ai bovini come antidiarroico (Contigliano).
17.	*Ruta graveolens* L. (ruta comune)	Foglie	Decotto somministrato ai bovini per indigestioni o come antielmintico (Poggio Catino).
18.	*Salix alba* L. subsp. *alba* (salice comune)	Rametti	Nell'alimentazione degli ovini e bovini che avevano problemi intestinali.
19.	*Solanum tuberosum* L. (patata)	Tubero	In pasto ai cani con problemi intestinali (Poggio Mirteto).
20.	*Sonchus sp.pl.* (grespigni)		Le foglie erano date in pasto ai maiali (Poggio Bustone).
21.	*Urtica dioica* L. *et al. sp*. (ortiche)	Foglie	Mescolata alla semola e alla crusca come mangime per i tacchini (Antrodoco). Foglie pestate come foraggio per tacchini o anatre. Foglie cotte come alimento per i maiali.
22.	*Vicia faba* L. (fava)	Pianta	A S. Elia, la pianta verde è usata come foraggio per i bovini.

4.3.4. DESCRIZIONE DEGLI USI DOMESTICI E ARTIGIANALI

Sono state segnalate 35 piante adoperate nell'economia domestica. Alcune di queste erano usate a scopo detersivo per lavare o smacchiare la biancheria come *Hedera helix* L., *Saponaria officinalis* L. e *Urtica dioica* L.; altre erano impiegate per lavare oggetti di vetro (*Parietaria officinalis* L.), deodorare armadi o cassetti (*Lavandul*a sp. pl., *Cydonia oblonga* Miller, *Mentha* sp.pl) o gli ambienti (*Citrus limon* (L.) Burm.). Alcune sono da lungo tempo adoperate per realizzare legacci in orti e vigne (*Cytisus scoparius* L. *Clematis vitalba* L., *Salix* sp., *Spartium junceum* L.), come pali di sostegno per viti e pomodori (*Acer campestre* L., *Castanea sativa* Miller), di arbusti e rampicanti (*Arundo donax* L.). Fra le piante utilizzate nell'intrecciatura tradizionale si ricordano *Cytisus scoparius* L, *Salix alba* L. e *Corylus avellana* L., *Spartium junceum* L.

Nel campo dell'artigianato strettamente connesso con l'economia domestica sono state censite 7 piante il cui legno è o era adoperato per realizzare bastoni per mescolare (*Cornus mas* L. e *Fraxinus ornus* L.), cerchi per il formaggio (*Fraxinus ornus* L., *Fagus sylvatica* L.), manici di attrezzi (*Juniperus communis* L., *Robinia pseudacacia* L. , *Ulmus minor* Miller).

Un discreto numero di piante era usato a scopo tintorio. Ad esempio *Iunglans regia* L., *Salix alba* L., *Sambucus nigra* L., *Ulmus minor* Miller, *Quercus pubescens* Willd., *Alnus glutinosa* (L.) Gaerth., *Calendula arvensis* (Vaill.) L., *Centaurium erythraea* Rafn., *Rubia peregrina* L.

Due piante venivano utilizzate come collante (*Allium sativum* L., *Loranthus europaeus* Jacq.).

Il fusto di *Arundo donax* (L.) veniva usato per la realizzazione di ditali per la mietitura, il legno di

Castanea sativa Miller per costruire vassoi e pinze per la raccolta di castagne, radici di *Cichorium intybus* L. per farne una bevanda sostitutiva del caffè, farina di *Triticum aestivum* L. per ammorbidire i legumi in ammollo prima della cottura, le pannocchie sgranate di *Zea mays* L. per accendere il fuoco, le brattee più tenere per riempire dei sacconi da usare come materassi.

Tabella 5: Usi domestici

	SPECIE	**Usi domestici**
1.	*Acer campestre* L. (acero campestre)	Fusti usati come pali di sostegno per le viti o i pomodori (Borgo S. Pietro).
2.	*Allium sativum* L. (aglio)	Come collante di frammenti di pentole di terracotta (S. Elia).
3.	*Alnus glutinosa* (L.) Gaertn. (ontano nero)	Corteccia a scopo tintorio (Cittaducale e Antrodoco).
4.	*Arundo donax (*L.) (canna domestica)	Fusto per sostenere arbusti e piante rampicanti. Realizzazione di "ditali" per la mietitura (S. Elia).
5.	*Calendula arvensis* (Vaill.) L. (fiorrancio selvatico)	Usata per tingere i tessuti color crema (Cittaducale).
6.	*Castanea sativa* Miller *(*castagno)	Per la costruzione dei pali per le viti. A Borgovelino, la corteccia di castagno si utilizzava per costruire dei vassoi per far essiccare nei forni i fichi. Le "mordacchie", delle pinze utilizzate per far uscire le castagne dai ricci, venivano realizzate con il legno di castagno (Borgo Velino).
7.	*Centaurium erythraea* Rafn. (centaurea minore)	Il decotto di tutta la pianta veniva usato a scopo tintorio per ottenere nei tessuti un colore giallo-verdastro (Borbona).
8.	*Cichorium intybus* L. (cicoria comune)	Le radici venivano tagliate e tostate per farne una bevanda sostitutiva del caffè (Rieti).
9.	*Citrus limon* (L.) Burm limone-coltivata	Si gettava la buccia nel fuoco o si metteva sotto la cenere come profuma ambiente (Poggio Mirteto, S. Elia).
10.	*Clematis vitalba* L. (clematide vitalba)	Il fusto usato per legare le fascine (Greccio, Poggio Bustone, Leonessa). Foglie e steli essiccati per confezionare sigarini (Antrodoco, Leonessa).
11.	*Cornus mas* L. (corniolo)	Realizzazione di un bastone per mescolare (POLIA, M. 2002).
12.	*Corylus avellana* L. (nocciolo)	I rami venivano utilizzati per realizzare dei cesti (Borgo Velino). A Collerinaldo ci si costruiva un grande cesto lungo ed ovale detto "scerpa"utilizzato per la raccolta delle castagne.
13.	*Cydonia oblonga* Miller (cotogno)	Nei cassettoni tarlati si conservava la biancheria con l'aroma della "spiga" (lavanda) e della cotogna (DI MARIO, R.1993). I frutti riposti nei cassetti come deodorante per la biancheria (S. Elia).
14.	*Cytisus scoparius* L. (ginestra dei carbonai)	Rami per legare ortaggi e viti (Rieti, S. Elia, Greccio, Leonessa) e per creare canestri e panieri (Leonessa). Legno ricercato come combustibile per il forno a legna per fare il pane (Leonessa).
15.	*Fagus sylvatica* L. (faggio*)*	A Collerinaldo si costruivano con il faggio anche i bastoni che venivano usati per battere il grano.

	SPECIE	**Usi domestici**
16.	*Fraxinus ornus* L. (orniello)	Per realizzare una sorta di mestolo con le punte per girare la polenta o il formaggio (Collerinaldo). Per realizzare il cerchio del formaggio (Leonessa). Il decotto della scorza dei rami era usato per tingere la lana o tessuti di un colore giallo-verdastro (Cittaducale). Piante per realizzare pali usati come sostegno per le viti.
17.	*Hedera helix* L. (edera)	Decotto per smacchiare gli abiti (Magliano Sabino) e per ravvivare i colori (Cittaducale).
18.	*Juglans regia* L. (noce comune)	Mallo e radici usati per tingere di giallo-verde o marroncino (Leonessa, Cittaducale).
19.	*Juniperus communis* L. (ginepro comune).	Legno usato per costruire manici degli attrezzi e i pali delle vigne (Borgo Velino).
20.	*Lavandula* sp. pl. (lavande)	Rami di lavanda per fare dei mazzetti a forma di fuso per profumare la biancheria nei cassetti e per preservarla da tarme (Rieti, Poggio Fidoni, S. Elia).
21.	*Loranthus europaeus* Jacq. (vischio quercino)	Si schiacciavano i frutti con olio e la poltiglia usata come collante (Contigliano, S. Elia).
22.	*Mentha* sp.pl. (menta)	Le foglie messe in sacchetti come deodorante per la biancheria e per la dispensa (Poggio Mirteto).
23.	*Parietaria officinalis* L. (vetriola comune)	Per pulire l'interno delle bottiglie si usavano le foglie con un po' di brecciolino (S. Elia).
24.	*Quercus pubescens* Willd. (roverella)	La corteccia era usata per la concia delle pelli e a scopo tintorio (Leonessa).
25.	*Robinia pseudacacia* L. (robinia)	Il legno per realizzare manici per attrezzi agricoli (Borgo Velino).
26.	*Rosmarinus officinalis* L. (rosmarino)	Le sommità fiorite in sacchetti come deodorante per biancheria (Contigliano).
27.	*Rubia peregrina* L. (robbia selvatica)	Decotti di radici usati a scopo tintorio (Cittaducale, Rieti).
28.	*Salix alba L.* subsp. *alba* (salice comune)	Le scorze usate per tingere le stoffe (Cittaducale). Rami per legare le viti (S. Elia, Rieti). Con i lunghi rami si costruiva un grosso cesto (Borgo Velino).
29.	*Sambucus nigra* L. (sambuco comune)	Il succo dei frutti usato come inchiostro (S. Elia). Le bacche si utilizzavano spesso per tingere i vestiti (Antrodoco).
30.	*Saponaria officinalis* L. (saponaria comune)	Come succedaneo del sapone da bucato (Greccio, Contigliano). Fiori come sapone per le mani (Antrodoco).
31.	*Spartium junceum* L. (ginestra comune)	Rami flessibili usati come legacci in agricoltura e per costruire cesti (Leonessa).
32	*Triticum aestivum* L. (frumento)	Legumi secchi si mettevano in ammollo prima della cottura con farina di frumento e sale per renderli piu' morbidi (Capradosso).

	SPECIE	**Usi domestici**
33.	*Ulmus minor* Miller (olmo comune)	Cortecce per tingere le stoffe (Cittaducale). Con il legno si costruivano manici per le zappe (S. Elia), pali per sostenere le viti, uncini (Borgovelino).
34.	*Urtica dioica* L. et al. sp. (ortiche)	Il decotto di foglie era usato come smacchiatore di vestiti (Greccio, Contigliano).
35.	*Zea mays* L. (granoturco)	Le pannocchie sgranate per accendere il fuoco (S. Elia). Le brattee più tenere per riempire dei sacconi di canapa che servivano da materassi (POLIA, M. 2002).

Alcune piante (n. 8) venivano utilizzate non solo per la costruzione di piccoli oggetti ma, nel campo dell'artigianato rurale, nella realizzazione di strumenti agricoli, professionali, nell'edilizia.

Tabella 6: Usi artigianali

	SPECIE	**Usi artigianali**
1.	*Buxus sempervirens* L. (bosso comune)	Il legno nella costruzione di utensili e attrezzi per la campagna (Contigliano, S. Elia).
2.	*Castanea sativa* Miller (castagno)	Per la costruzione dellla "traja" (Castel S. Angelo), di ricoveri, capanne, degli infissi, dell'orditura dei tetti, delle travi portanti dei soffitti, delle ruote della "barozza" (una specie di carretto), delle botti, dei tini, dei "bigonzi". A Collerinaldo con il legno di castagno si costruivano i "cajoli", dei grandi recipienti per conservare il fieno. Il castagno, ma anche il faggio a quote più alte, veniva utilizzato per costruire fontanili e abbeveratoi.
3.	*Cytisus scoparius* L. (ginestra dei carbonai)	Rami nella costruzione di tetti di capanne durante la transumanza (Leonessa).
4.	*Fagus sylvatica* L. (faggio)	Si costruiva con legno un bastone simile ad una mazza da golf che veniva usata come martello (Borgo Velino), dei vassoi molto grandi utilizzati anche dai bambini come slittini quando nevicava (Borgo Velino). A Leonessa a Poggio Fidoni e a Borgo Velino usato il legno per costruire i cerchi del formaggio e le casse mortuarie (POLIA, 2002).
5.	*Quercus pubescens* Willd. (roverella)	L'erpice, uno strumento agricolo trainato da buoi che serviva per spianare le zolle, si costruiva con legno di quercia (Castel S. Angelo).
6.	*Salix alba* L. subsp. *alba* (salice comune)	Il giogo dell'aratro era costruito con questo legno (Borgo Velino).
7.	*Spartium junceum* L. (ginestra comune)	In passato i rami venivano utilizzati per costruire capanne (Rieti).
8.	*Ulmus minor* Miller (olmo comune)	Con il legno si costruivano infissi, pali per le recinzioni (S. Elia).

4.3.5. PIANTE LEGATE A GIOCHI E FILASTROCCHE

Sono 11 le piante censite utilizzate per passatempi di bambini o ragazzi. Particolare dei bambini era la consuetudine di confezionare con il fusto cavo di alcune specie cerbottane (*Arundo donax* (L.), *Sambucus nigra* L.) o fischietti (*Castanea sativa* Miller , *Fraxinus ornus* L.); con ghiande di *Quercus pubescens* Willd. venivano realizzate delle pipette e con bacche di *Rosa canina* L. delle collane .

Molto diffuso era il gioco cruento del "filemaria" con la gramigna (*Agropyron repens* (L.) Beauv) o quello più innocente del "frate o monaca" con i boccioli di papavero (*Papaver rhoeas* L.), del tottorotò con la carlina (*Carlina acanthifolia* All.), del salto alla corda (*Clematis vitalba* L.), delle scivolate con fascetti di ginestra (*Cytisus scoparius* L.).

Tabella 7: Giochi

	SPECIE	**Giochi**
1.	*Agropyron repens (*L.) Beauv. (gramigna comune)	La gramigna o altre graminacee venivano usate dai bambini di Collerinaldo per il crudele gioco del "filemaria".
2.	*Arundo dona*x (L.) (canna domestica)	Con le canne si costruivano delle cerbottane.
3.	*Carlina acanthifolia* All. (carlina zolfina)	I bambini usavano la carlina per il gioco del "tottorotò".
4.	*Castanea sativa* Miller (castagno)	Le iperplasie sulle radici utilizzate come trottole costruendo una punta con un chiodo. Con i polloni del castagno si realizzavano dei fischietti. Il midollo per realizzare una sorta di fischietto (Castel S.Angelo). A S. Elia, con vari rametti svuotati si realizzava una sorta di flauto. A Borgovelino, si tagliava la corteccia a forma di spirale, si aggiungeva una linguetta di corteccia per realizzare una specie di fischietto.
5.	*Clematis vitalba* L. (clematide vitalba)	I bambini costruivano con i lunghi fusti della vitalba, delle corde per saltare (Greccio).
6.	*Cytisus scoparius* L. (ginestra dei carbonai)	Si facevano dei fascetti di ginestra su cui i bambini più audaci scivolavano lungo le discese (Greccio).
7.	*Fraxinus ornus* L. (orniello)	Con i rami svuotati e in cui veniva fatta una piccola incisione, si realizzava una sorta di fischietto (Leonessa, S. Elia).
8.	*Papaver rhoeas* L. (papavero comune)	Con i boccioli ancora chiusi del papavero si giocava a "frate e monaca" (Collerinaldo, Rieti).
9.	*Quercus pubescens* Willd. (roverella)	Si facevano delle pipette con ghiande tagliate alle estremità, vuotate e forate per l'inserimento di un bastoncino.
10.	*Rosa canina* L. (rosa canina L.)	Con le bacche di rosacanina era uso fare delle collane (Collerinaldo).
11.	*Sambucus nigra* L. (sambuco comune)	Con i rami di sambuco svuotati del midollo si realizzavano delle "cerbottane", utilizzando palline di stoppa (S. Elia).

4.3.6 PIANTE DI USI MAGICI, RELIGIOSI E RITUALI

In passato l'uso terapeutico delle piante era spesso associato a rituali magici o religiosi.

Ad esempio i fiori di sambuco (*Sambucus nigra* L.) bagnati dalla "guazza", una volta essiccati erano usati per preparare tisane per i malati. Si riteneva infatti che il chiarore delle stelle e la rugiada ne aumentassero l'efficacia ed a tale proposito la rugiada depositatasi sulle foglie e sui fiori di sambuco e di malva (*Malva* sp.pl.) veniva conservata appunto per il suo presunto aggiuntivo potere curativo. Per lo stesso motivo in alcuni luoghi la malva veniva raccolta a piedi scalzi. Quando si raccoglieva la malva aspettando l'alba di San Giovanni si usava cingere i fianchi e le conche per attingere l'acqua con un tralcio di vitalba (*Clematis vitalba* L.) che veniva quindi conservata a scopo curativo.

Alcune specie vegetali erano usate nella convinzione che le stesse possedessero il potere di allontanare le disgrazie come ad esempio il sambuco e l'aglio (*Allium sativum* L.) i quali venivano appesi alla finestre come protezione dalle negatività. Invece, rami di *Prunus spinosa* L. venivano appesi nei pollai con la punta rivolta verso il basso con la credenza che potessero allontanare i parassiti. Anche il grano e soprattutto l'olio di oliva venivano usati per verificare la presunta presenza del "malocchio". A seconda della grandezza e della disposizione di goccioline di olio in una bacinella colma di acqua e chicchi di grano, si identificava il sesso dello iettatore e la grandezza del maleficio.

Ad altre piante, invece, si conferivano proprietà divinatorie.

Le galle di querce (*Quercus pubescens* Willd.) portate alle gestanti erano usate per prevedere il sesso del nascituro. Se infatti all'interno della galla era possibile rinvenire la "mosca" (probabilmente la pupa dell'insetto), ciò era segno certo della nascita di una femmina, diversamente qualora si fosse trovata una larva, il nascituro sarebbe stato inevitabilmente maschio.

Usi magici o religiosi riguardanti piante erano spesso in relazione con particolari festività.

Ad esempio la cenere del ceppo di Natale (*Quercus pubescens* Willd.) conservata in un sacchetto, si spargeva nei campi il 3 Maggio in occasione del giorno della festa della S. Croce. Nei campi veniva apposta anche una crocetta di legno su cui veniva inserito anche un rametto di palma benedetta a scopo propiziatorio.

In occasione della ricorrenza della Domenica delle Palme, in alcuni luoghi si gareggiava nell'intrecciare le "palme" benedette con viole primule e mammole. Dopo la benedizione dei rametti d'olivo (*Olea europaea* L.) vi era l'usanza di staccare una fogliolina della palma e collocarla sulla "racetta" ovvero un mattone ardente. Se la fogliolina prendeva fuoco era un segno nefasto, viceversa se scoppiettava era segno di lunga vita.

Per l'Ascensione, invece, ovunque in Sabina nelle piazze e nei campi si accendevano enormi falò. Le ragazze si accalcavano intorno al fuoco e a seconda dello scoppiettio provocato dalle foglie

verdi dell'ulivo gettate nella brace, formulavano previsioni per il loro matrimonio.

La sera antecedente la ricorrenza dell'Ascensione, in alcuni luoghi è uso tuttora accendere falò in piazza con i "manocchi", fasci di tralci di vite (*Vitis vinifera L.*) ottenuti dalla prima potatura la cui cenere viene poi sparsa sul terreno per propiziare la buona produzione di vino.

Durante la notte dell'Ascensione era uso anche porre fuori dalla finestra un bacile pieno d'acqua con menta piperita (*Mentha x piperita* L.), maggiorana (*Origanum majorana* L.), serpillo (*Thymus serpyllum* s.l.) e assenzio (*Arthemisia absinthium* L.) insieme ad una candela che rimaneva accesa fino all'alba. L'acqua cosi' "benedetta" era usata per lavarsi il mattino seguente. Veniva lasciato all'aperto prima dell'uso anche il decotto di *Cynodon dactylon* (L.) Pers. usato come "rinfrescante", l'acqua "odorosa" di *Dianthus* sp., *Lavandula* sp.pl., *Rosa* sp.pl., *Tanacetum parthenium* (L.) e altre erbe profumate con cui era buon auspicio lavarsi la mattina della festa di S.Giovanni.

Il venerdi Santo, invece, bastoni di nocciolo (*Corylus avellana* L.) o polloni di castagno (*Castanea sativa* Miller) venivano battuti furiosamente a terra o sull'altare in ricordo delle battiture inflitte a Gesù. I legni ridotti a pezzi, in parte venivano bruciati per ricavarne le ceneri da usare il mercoledi delle Ceneri dell'anno successivo, in parte venivano utilizzati per realizzare delle croci da esporre nei campi come protezione contro le avversità.

Tabella 8: Credenze

	SPECIE	**Credenze**
1.	*Artemisia absinthium* L. (assenzio maggiore)	Il decotto veniva lasciato all'aperto per una notte prima dell'uso come digestivo (Castel di Tora).
2.	*Castanea sativa* Miller (castagno)	I polloni di castagno venivano battuti sull'altare al buio durante il giovedì Santo. Questo rappresentava le percosse subite dal Cristo nel rito della "scurità" (Collerinaldo).
3.	*Clematis vitalba* L. (clematide vitalba)	Quando si raccoglieva la malva aspettando l'alba di San Giovanni si usava cingersi i fianchi con un tralcio di vitalba (POLIA, 2002). Con la vitalba si cingevano le conche per attingere l'acqua nuova al mattino di San Giovanni. La vitalba veniva quindi conservata per lenire i dolori di capo e di ventre (POLIA, 2002).
4.	*Corylus avellana* L. (nocciolo)	A Leonessa, il mercoledi, giovedi e venerdi Santo, i giovani preventivamente muniti di bastoni di nocciolo, si inginocchiavano ed in ricordo delle battiture inflitte a Gesù battevano furiosamente il pavimento fino a rompere i bastoni i cui pezzi erano consegnati al sacerdote. Questi in parte venivano bruciati per ricavarne le ceneri da usare il mercoledi delle ceneri dell'anno successivo, in parte venivano usati per fare delle croci da mettere nei campi. Il 3 Maggio, festa della Inventio Crucis, veniva preparata dal capofamiglia una croce con un bastone di nocciolo tagliato nella parte superiore per incastrarvi una candelina benedetta il giorno della candelora e un ramo di ulivo della domenica delle palme. La croce veniva piantata nei campi coltivati in mezzo ai cereali per allontanate le negatività (POLIA, M. 2002).

	SPECIE	Credenze
5.	*Cynodon dactylon* (L.) Pers (gramigna comune)	Il decotto veniva lasciato all'aperto per una notte prima dell'uso come "rinfrescante" (Poggio Mirteto).
6.	*Dianthus sp.* (garofano coltivato)	Era di buon auspicio lavarsi la mattina della festa di S. Giovanni Battista con l'acqua odorosa dove la sera prima venivano messi garofani e altre erbe profumate (Ascrea).
7.	*Juglans regia* L. (noce comune)	In tutta la provincia, il giorno della festa di S. Giacomo e S. Filippo, si usava fare "lu calende" Si prendeva un gheriglio di noce e si immergeva in un bicchiere di vino per prevedere l'arrivo di giorni sereni o nefasti.
8.	*Lavandula* sp. pl. (lavande)	Nel giorno della festa di S. Giovanni (Poggio Moiano), si poneva la pianta in infusione con altri fiori ed erbe profumate, si lasciava fuori la notte affinché fosse benedetta dal passaggio del Santo, e ci si lavava il mattino seguente.
9.	*Malva* sp.pl. (malve selvatiche)	La notte della vigilia della natività di San Giovanni Battista, si usava raccogliere la rugiada depositatasi sulle piante di malva per il suo potere terapeutico (Leonessa). Nella frazione di San Vito quando si raccoglieva la malva si usava cingersi i fianchi con un tralcio di vitalba (POLIA, M. 2002).
10.	*Mentha x piperita* L. (menta piperita)	Per la festa dell'Ascensione si preparava "l'acqua odorosa" con petali di fiori vari, rose e menta piperita, lasciata sul davanzale sarebbe stata benedetta dalla Madonna durante la notte. Il giorno successivo veniva usata dalle donne per lavarsi (Rieti). [19] A Poggio Fidoni c'era la stessa usanza. La menta piperita veniva chiamata l'erba di Santa Maria.
11.	*Olea europaea* L. (olivo)	L'olio era usato per verificare la presunta presenza del "malocchio (S. Elia, Petrella Salto, Sigillo, Leonessa, Cittaducale). Nel leonessano nella notte di veglia ai defunti, la tradizione prevedeva che accanto al morto fosse sistemato un bicchiere d'acqua santa nella quale era immerso un rametto d'olivo benedetto. Chi si recava a visitare il morto lo aspergeva con questo rametto facendo il segno della croce (POLIA, M. 2002). Per l'Ascensione, invece, ovunque in Sabina si accendevano enormi falò. Le ragazze si accalcavano intorno al fuoco e a seconda dello scoppiettio provocato dalle foglie verdi dell'ulivo gettate nella brace, formulavano previsioni per il loro matrimonio (DI MARIO, R.- 1993). A Collerinaldo le bambine gareggiavano nell'intrecciare le "palme" benedette con viole primule e mammole che, successivamente venivano benedette. Dopo la benedizione c'era l'usanza che prevedeva di staccare una fogliolina della palma e collocarla sulla "racetta" ovvero un mattone ardente. Se la fogliolina prendeva fuoco era un segno nefasto, viceversa se scoppiettava era segno di lunga vita. Un rametto di ulivo della domenica delle Palme insieme alla candela benedetta consegnata in chiesa alla festa della "Candelora" veniva posizionato nei campi a scopo propiziatorio (S. Elia).
12.	*Pinus pinea* L. (pino domestico)	Incisioni sulla corteccia permettevano l'estrazione di resina che una volta essiccata veniva bruciata per allontanare gli spiriti maligni.
13.	*Prunus spinosa* L. *subsp.spinosa* (pruno selvatico)	Rami con la punta rivolta verso il basso a "non vedere il sole" venivano appesi nei pollai per allontanare i pidocchi (Petrella Salto).

19 Università della Terza età - Unitre - Rieti laboratorio dialettale- Appena ieri, istantanee sul passato in una raccolta di testi in lingua e in dialetto - Comune di Rieti (1998)

	SPECIE	Credenze
14.	*Quercus pubescens* Willd. (roverella)	A Leonessa, la cenere rimasta dopo la combustione del "ceppo di Natale" era ritenuta sacra e veniva sparsa sui campi di grano, di cui ne favoriva la crescita (POLIA, M. 2002). A Collerinaldo le galle venivano chiamate "cucculi" e venivano portate alle gestanti per prevedere il sesso del nascituro. Se all'interno della galla vi era la "mosca" (probabilmente la pupa dell'insetto), la gestante avrebbe avuto una femmina, viceversa se ci fosse stato una larva, il nascituro sarebbe stato maschio.
15.	*Rosa* sp. pl (rose coltivate)	Petali e altre piante aromatiche usate per preparare l'acqua profumata che veniva lasciata all'aperto la sera prima della festa di San Giovanni affinché il Santo la benedisse durante il suo passaggio. La mattina dopo ci si lavava per tenere lontane le malattie (Capradosso, Poggio Bustone).
16.	*Sambucus nigra* L. (sambuco comune)	Rametti di sambuco appesi alla finestra per proteggere la casa. I fiori del sambuco bagnati dalla "guazza" (rugiada) una volta essiccati erano usati per preparare tisane per i malati (Leonessa). A Leonessa si usava appendere nel vano della finestra un mazzetto di foglie di sambuco raccolte nella notte di San Giovanni assieme ad una collana di agli per difendere la casa dai folletti (POLIA, 2002).
17.	*Spartium junceum* L. (ginestra comune)	Il giorno della festa di San Giovanni i giovani saltavano i falò fatti con piante di ginestra per allontanare il male (Capradosso).
18.	*Tanacetum parthenium* (L.) Sch.Bip. (matricàle)	Si poneva la pianta in un catino d'acqua con altri fiori profumati e ci si lavava il mattino seguente, nel giorno della festa di S. Giovanni (Poggio Moiano).
19.	*Thymus serpyllum* s.l. (serpillo)	La sera della viglia dell'Ascensione si poneva fuori dalla finestra un bacile pieno d'acqua con erbe e serpillo insieme ad una candela che rimaneva accesa tutta la notte. L'acqua era usata per lavarsi il mattino seguente (Castel di Tora). Si preparava un'acqua profumata dall'infusione di serpillo e altre piante aromatiche la sera della vigilia dell'Ascensione. Il giorno dopo ci si lavava (Ascrea).
20.	*Ulmus minor* Miller (olmo comune)	A Leonessa si credeva che il legno tagliato con la luna calante, potesse ardere meglio.
21.	*Viscum album* L. (vischio comune)	A Leonessa era uso da parte delle donne spremere qualche bacca di vischio nel vino per la cura dell'arteriosclerosi .
22.	*Vitis vinifera* L. (vite)	La sera prima dell'Ascensione, si accendevano falò in piazza con i "manocchi", fasci di tralci di vite ottenuti dalla prima potatura per propiziare la buona produzione di vino (Concerviano). A Collerinaldo, la cenere ottenuta dai falò veniva poi sparsa sul terreno.

4.3.7. USI VARI DI PIANTE

Oltre agli impieghi illustrati la ricerca condotta ha fatto emergere usi diversi e particolari delle piante erbacee, arboree ed arbustive nella territorio reatino.

In particolare, era ed è usanza in molti paesi della provincia di Rieti, allestire per devozione particolari tappeti floreali (infiorate) sulla via percorsa dalle processioni religiose. Le piante censite per uso decorativo più frequentemente usate sono: *Buxus* sp., *Colutea arborescens* L., *Cytisus scoparius* L., *Echium plantagineum* L., *Foeniculum vulgare* Miller, *Iris germanica* L., *Mespilus germanica* L., *Olea europaea* L., *Papaver rhoeas* L., *Robinia pseudacacia* L., *Rumex*

crispus L., *Rosa sp.pl., Spartium junceum* L., *Vicia villosa* Roth ssp.

Molte specie venivano utilizzate per confezionare succedanei di sigari e sigaretti (foglie di *Gentiana lutea* L., *Vitis vinifera* L., *Stachys officinalis* L., brattee di *Zea mays* L.), altre per realizzare corone mortuarie o addobbi (*Buxus sempervirens* L., *Dryopteris filix mas* (L.) Schott., *Laurus nobilis* L.). Mazzi di felce (*Dryopteris filix mas* (L.) Schott.) venivano anche appesi al soffitto per catturare le mosche e poi buciati con gli insetti rimasti intrappolati, mentre mazzi di rusco (*Ruscus aculeatus* L.) venivano appesi vicino ai prosciutti affinchè i topi non riuscissero ad attaccarne le carni. Per catturare gli uccelli venivano invece usate bacche di vischio (*Viscum album* L.) schiacciate e disposte sopra una tavola di legno. Bacche di belladonna (*Atropa belladonna* L.) mescolate in un impasto di grasso, pane e carne venivano utilizzate per uccidere volpi e lupi.

Tabella 9: Usi vari

	SPECIE	**Vari**
1.	*Asparagus acutifolius* L. (asparago pungente)	Alla raccolta per la rivendita, anche presso la capitale, degli asparagi selvatici si dedicavano un tempo gli "sparaciari".
2.	*Atropa bella-donna* L. (belladonna)	Era raccolta un tempo nelle montagne del reatino per venderla nelle farmacie. Nella zona di Leonessa bacche di belladonna erano utilizzate, mescolate in un impasto di grasso pane e carne, per uccidere addirittura volpi e lupi.
3.	*Buxus sempervirens* L. (bosso)	Insieme all'alloro veniva usato per la realizzazione di corone mortuarie (Leonessa, Albaneto).
4.	*Cannabis sativa* L. (canapa comune)	La stoppa veniva usata per la "chiarata", una sorta di ingessatura realizzata con chiare d'uovo e tali fibre (Poggio Fidoni, Rieti, S. Elia).
5.	*Colutea arborescens* L. (vescicaria)	Per la festa della Madonna del Santo Amore nell'ultima settimana di Settembre, ad Antrodoco si preparava una infiorata utilizzando fiori di ginestra e rosa. Si univano poi calici di vescicaria che scoppiettavano al passaggio della processione.
6.	*Cytisus scoparius* L. (ginestra dei carbonai)	A Leonessa, gli arbusti venivano lasciati essiccare al sole, bruciati e le ceneri, al momento dell'aratura venivano mescolate alla terra fertilizzandola (POLIA, M. 2002). Il giorno dell'Ascensione, si faceva un fuoco con piante di ginestra. I giovani a cavallo facevano le gare di salti dei fuochi (Collerinaldo). I fiori delle ginestre si usano molto in tutte le infiorate laziali.
7.	*Dryopteris filix-mas* (L.) Schott (felce maschio)	Le foglie usate per imbottire canestri e per confezionare corone mortuarie (Rieti, S. Elia). Nella zona di Leonessa era uso appendere dei mazzi di felce al soffitto per catturare le mosche. Gli insetti cercando riparo tra i rami, ne rimanevano intrappolati. Il mazzo veniva successivamente bruciato.
8.	*Echium plantagineum* L. (viperina plantaginea)	I fiori venivano usati nelle "infiorate" (Poggio San Lorenzo).
9.	*Fagus sylvatica* L. (faggio)	Per la festa di Sant'Antonio da Padova, gli abitanti delle frazioni di Leonessa si recavano nei boschi e tagliavano "stanghe" di legno di faggio, quindi s'indiceva un'asta dopo la benedezione del legno con la reliquia del Santo (POLIA, M. 2002).
10.	*Foeniculum vulgare* Miller (finocchio comune)	Le foglie sono usate per le infiorate (Petrella Salto).
11.	*Fraxinus ornus* L. (orniello)	I pastori fabbricavano dei robusti bastoni con grossi rami (Leonessa).

	SPECIE	Vari
12	*Gentiana lutea* L. (genziana maggiore)	Le foglie erano fumate come il tabacco (Petrella Salto).
13.	*Iris germanica* L. (giglio paonazzo)	I fiori erano usati nella realizzazione delle "infiorate" della festa del Sacro Cuore (Poggio Moiano).
14.	*Juglans regia* L. (noce comune)	A Leonessa, la sera del 5 di gennaio gli adolescenti si recavano nelle varie case augurando felicità per il nuovo anno. A volte si regalavano ai giovanetti fichi secchi e noci. Questa usanza era chiamata "butta li puci" (POLIA, 2002).
15.	*Laurus nobilis* L. (alloro)	Le corone dei morti si realizzavano con alloro, ulivo e fiori (Rieti). Dei rami di alloro veniva usati anche per gli addobbi pasquali. Spesso veniva inserito nella "rastrellera" delle pentole (S. Elia).
16.	*Matricaria chamomilla* L. (camomilla comune)	L'infuso dei fiori applicato sui capelli fatti asciugare senza risciacquo per schiarirli (S. Elia).
17.	*Mespilus germanica* L. (nespolo)	Foglie nelle "infiorate" per le feste religiose (Poggio Moiano).
18.	*Olea europaea* L. (olivo)	Foglie nelle "infiorate" di feste religiose (Petrella Salto, Poggio Moiano).
19.	*Petasites hybridus* (L.Gaerth) (farfaraccio)	Se ne piegavano le grandi foglie per formarne un grande bicchiere per bere l'acqua nei ruscelli o nei fontanili (Collerinaldo). Talvolta veniva usato come "imballaggio" per i pesci appena pescati.
20.	*Pimpinella anisum* L. (anice vero).	Nella festa di S. Antonio Abate in Bassa Sabina era consuetudine far benedire le ciambelle all'anice preparate dalle donne per ornare le corna dei buoi usati per la tradizionale processione.
21.	*Quercus pubescens* Willd. (roverella)	Le galle, a S. Elia dette "pallacucche" venivano usate per addobbare l'albero di Natale (a volte si incartavano con carta colorata).
22.	*Ricinus communis* L. (ricino)	All'avvento del fascismo le c.d. "squadracce" spesso ricorsero al barbaro uso dell'olio di ricino come purgante forzatamente e violentemente somministrato a dissidenti o oppositori.
23.	*Robinia pseudacacia* L. (robinia)	I fiori si usavano nelle infiorate di Poggio Moiano e Petrella Salto.
24.	*Rosa* sp. pl (rose coltivate)	Petali nelle "infiorate" di feste religiose (Petrella Salto, Poggio Moiano).
25.	*Rubus fruticosus* s.l. (rovo)	A Petrella Salto si ricorda il detto: "la serpe partorisce sopra lu spinu".
26.	*Rumex crispus* L. (romice crespo)	I frutti nelle "infiorate" di Poggio Moiano.
27.	*Ruscus aculeatus* L. (rusco)	A Collerinaldo nelle cantine, venivano appesi fasci di pungitopo detto "cecasorge" vicino ai prosciutti affinchè i topi non riuscissero ad attaccare le carni.
28.	*Salvia officinalis* L. (salvia domestica)	Foglie fresche venivano strofinate sui denti per sbiancarli.
29.	*Spartium junceum* L. (ginestra comune)	Fiori per le "infiorate" (Rieti, Petrella Salto, Poggio Moiano, Poggio Mirteto).
30.	*Stachys officinalis* L. Trevisan (betonica comune)	Le foglie venivano fumate come tabacco (S. Elia, Leonessa).
31.	*Vicia villosa* Roth ssp. (veccia villosa)	Fiori nelle "infiorate" durante feste religiose (Poggio Moiano).

	SPECIE	Vari
32.	*Viscum album* L. (vischio comune)	Le bacche schiacciate e disposte sopra una tavola di legno erano usate nelle trappole per gli uccelli (Cittaducale).
33.	*Vitis vinifera* L. (vite)	A S. Elia era uso fumare le potature delle viti ridotte a sigaretti.
34.	*Zea mays* L. (granoturco)	Le brattee, insieme a fogli di giornale e cicche di sigarette lasciate a terra dai benestanti, rappresentavano i costituenti di “proletarie” sigarette.

CAPITOLO 5
APPROFONDIMENTO SULLE SPECIE ARBOREE ED ARBUSTIVE OFFICINALI

Quando si parla di piante medicamentose si è soliti pensare a specie vegetali essenzialmente erbacee.
Molte sono, invece, le specie a portamento arboreo ed arbustivo o suffruticose che venivano o vengono ancora usate per le loro proprietà curative.
Questo aprofondimento intende avere come oggetto lo studio di queste specie della provincia di Rieti e dei loro usi medicamentosi nella tradizione popolare reatina alcuni dei quali sconosciuti alla letteratura.

5.1 MATERIALI E METODI

L'indagine presentata in queste pagine, si propone di documentare scientificamente un patrimonio di conoscenze e di esperienze secolari derivante dalle tradizioni del reatino legate alle piante arboree ed arbustive di interesse medicinale.
E' stata compilata una lista di specie arboree, arbustive e suffruticose presenti nella provincia di Rieti, sia attingendo alla letteratura locale, sia attraverso l'estrapolazione di tutte le specie interessate dall'analisi del volume "Elenco delle piante vascolari nel Lazio" di Anzalone B. (2010).
Per alcune di queste specie sono state riportate le relative informazioni di fitomedicina reperite attraverso interviste sul campo ad anziani, contadini e pastori del territorio reatino.
Per ogni pianta è stata quindi realizzata una scheda in cui figura un binomio scientifico, i nomi vernacoli, i principi attivi e gli usi popolari medicinali. Alla raccolta delle informazioni sul campo è stata associata una indagine svolta presso gli archivi e le biblioteche presenti a Rieti, soprattutto la Biblioteca Paroniana e l'Archivio di Stato di Rieti.
Allo studio di documenti archivistici è stato associata l'analisi di testi, riviste e articoli a cura di studiosi locali. Talvolta si è riscontrata una convergenza tra quanto raccolto nelle interviste e quanto desunto dai documenti e testi antichi.
Successivamente è stata svolta una analisi della letteratura esistente, per analizzare quante e quali specie arbustive, arboree e suffruticose, presenti nella Provincia di Rieti, vengano considerate piante di interesse medicinale per svariati usi a livello nazionale. In seguito, la consultazione di svariati siti internet di fitoterapia ha permesso di estrapolare gli impieghi popolari reatini medicamentosi sconosciuti alla letteratura e al web.

5.2 SPECIE ARBOREE ED ARBUSTIVE DEL REATINO

Le caratteristiche climatiche, geomorfologiche ed altitudinali, fanno si che il paesaggio vegetale del territorio reatino sia molto vario.

La vegetazione e la flora ripariale dei laghi reatini quali quelli di Ventina, Lungo e Ripasottile è caratterizzata dalla presenza di esemplari arborei appartenenti al genere *Salix* e al genere *Populus*. Raramente si trovano *Ulmus minor* Mill., *Myricaria germanica* (L.) Desv., *Alnus glutinosa* L.

Illustrazione 53: Populus tremula L. *(Corpo forestale dello Stato Archivio Aldo Papi)*

Illustrazione 54: Quercus ilex L. *(Corpo forestale dello Stato Archivio Aldo Papi)*

Nelle zone più elevate troviamo *Prunus spinosa* L., e *Frangula alnus* Mill.

Ai margini della piana l'ecosistema è caratterizzato da un paesaggio arboreo con esemplari di roverella (*Quercus pubescens* Willd.).

Tra le specie arbustive più frequenti di altre, nel sottobosco di questi ambienti planiziali che si estendono anche nelle zone collinari, si possono citare *Spartium junceum* L., *Cytisus villosus* Pourr. oltre che il già citato *Prunus spinosa* L.

Nella provincia di Rieti si possono ritrovare particolari situazioni termiche e pluviometriche caratterizzate da specie arboree, arbustive tipiche, con sporadici esempi di querce sempreverdi mediterranee localizzate soprattutto in ambienti a basse quote.

Queste sono rappresentate da *Quercus ilex* L., e da altre specie appartenenti a vari generi come *Smilax*, *Rhus*, *Pistacia.* Tra le specie arboree si ricordano inoltre *Quercus dalechampii* Ten., *Quercus petraea* (Matt.) Lieb subsp. *petraea*, *Laurus nobilis* L., *Ficus Carica* L., *Ailanthus altissima* (Mill.) Swingle, *Arbutus unedo* L., *Amelanchier ovalis* Medik *subsp. ovalis* (Wiulld.), *Cotinus coggygria Scop.*, *Erica arborea* L., *Fraxinus oxycarpa* Bieb, *Junglans regia* L., *Mespilus germanica* L., *Pistacia lentiscus* L., *Punica granatum* L., *Rhamnus cathartica* L., *Rhamnus alaternus* L., *Robinia pseudacacia* L., *Viburnum opulus* L., *Viburnum tinus* L. subsp. *tinus, Aesculus hippocastanum* L. ma anche conifere quali *Pinus halepensis* Mill. e *Cupressus sempervirens* L.

Illustrazione 55: Ailanthus altissima (Mill.) Swingle *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Illustrazione 56: Cupressus sempervirens L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Negli ambienti planiziali più caldi, soprattutto nella zona della sabina, si trovano anche specie coltivate da secoli quali *Citrus limon* (L.) Burm e *Citrus sinensis* (L.) Osbeck, *Nerium oleander* L.

Tra le specie arbustive e suffruticose si ricordano invece: *Pistacia terebinthus* L., *Rhus coriaria* L., *Cistus salvifolius* L., *Cistus creticus* L. *subsp eriocephalus* (Viv.) Greuter et Burdet, *Phillyrea angustifolia* L., *Phillyrea latifolia* L., *Juniperus oxycedrus* L., *Myrtus communis* L., *Buxus sempervirens* L., *Asparagus acutifolius* L., *Asparagus officinalis* L., *Coronilla minima L., Coronilla scorpioides* (L.) W.D.J. Koch, *Cytisus decumbens* (Durande) Spach (Genista d. Willd.), *Erica scoparia* L. subsp. *scoparia, Euonymus verrucosus Scop., Genista januensis* Viv., *Lonicera japonica* Thunb., *Loranthus europaeus* Jacq., *Morus alba L., Paliurus spina-christi* Mill., *Prunus cerasifera* Ehrh, *Prunus domestica* L. subsp.*domestica, Pyracantha coccinea* M. Roem., *Rosa agrestis* Savi, *Rosa sempervirens* L., *Rosmarinus officinalis* L., *Ruscus aculeatus* L., *Salvia officinalis* (coltivata), *Tamarix Africana* Poir., *Tamarix gallica* L., *Vitis vinifera* L.

La fascia vegetazionale che parte dall'ambiente planiziale e si estende fino ai 1300 mt s.l.m. è caratterizzata da boschi un tempo assai consistenti ma oggetto nei secoli di devastazioni e di grandi interventi antropici.

Oggi i boschi puri ad alto fusto di roverella di una certa estensione sono abbastanza rari, mentre la stessa specie è assai rappresentata nei cedui misti nella media montagna. Tra le varie specie arboree sono qui riscontrabili: *Quercus pubescens* Wild., *Ulmus minor* Mill., *Celtis australis* L., *Carpinus orientalis* Mill., *Acer monspessulanum* L., *Acer pseudoplatanus* L., *Fraxinus ornus* L., *Sorbus domestica* L., *Cercis siliquastrum* L., *Cornus mas* L., *Cydonia oblonga* Mill., *Malus domestica* (Borkh), *Pinus nigra* J.F. Arnold subsp *nigra, Pyrus communis* L., *Pyrus pyraster* Burgsd., *Pyrus spinosa* Forssk., *Rhamnus saxatilis* Jacq. subsp. *infectoria, Tilia platyphyllos* Scop. subsp. *platyphyllos*, *Ulmus glabra* Huds., *Viburnum lantana* L. ma anche specie quali *Popolus alba* L., *Populus tremula* L., *Salix cinerea* L., *Salix pentandra* L., *Salix purpurea* L. subsp. *lambertiana* (Sm.), *Salix purpurea* L. subsp. *purpurea* (Sm.), *Salix triandra* L.

Illustrazione 57: Pinus nigra J.F. Arnold subsp *nigra (Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Illustrazione 58: Salix babylonica L. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

Tra gli arbusti e suffruticose: *Prunus mahaleb* L., *Colutea arborescens* L., *Rosa gallica* L., *Cytisus villosus* Pourr., *Cytisus hirsutus* L., *Cytisus scoparius* (L.) Link subsp *scoparius*, *Lonicera caprifolium* L., *Cornus sanguinea* L., *Hedera helix* L., *Coronilla vaginalis* Lam., *Coronilla valentina* L., *Coronilla emerus* L. *subsp. emeroides* (Boiss. Et Spruner) Hayek, *Crataegus laevigata* (Poir.), *Euonymus latifolius* (L.) Mill., *Genista tinctoria* L., *Lavandula latifolia* Medik., *Lavandula angustifolia* Mill. (coltivata), *Lonicera etrusca* Santi, *Lonicera xylosteum* L. var *nigra* Loisel, *Ribes rubrum* L., *Rubus caesius* L., *Rubus canescens* DC., *Rubus hirtus* Waldst. Et Kit., *Salvia glutinosa* L., *Salvia pratensis* L. subsp. *haematodel* (L.) Briq., *Rosa canina* L. var. *andegavensis* (Bast.) Desportes, *Rosa arvensis* Huds., *Rosa canina* L. var. *corymbifera* (Borkh.) Rouy, *Rosa nitidula* Besser, *Rosa canina* L. var. *squarrosa.*

Di questa area fanno parte anche boschi d'alto fusto di cerro che ancora caratterizzano alcune zone della provincia ed i castagneti da frutto o i boschi cedui della stessa specie. Tra le specie tipiche si possono rilevare specie arboree come *Castanea sativa* Mill., *Quercus cerris* L., *Quercus robur* L., *Tilia cordata* Mill., *Acer campestre* L., *Acer obtusatum* Waldst. et Kit. Willd subsp. o*btusatum*, *Fraxinus excelsior* L., *Sorbus aria* Ehrh., *Sorbus torminalis* Ehrh., *Ostrya carpinifolia* Scop., *Pirus communis* L., *Malus silvestris* (L.) Mill., *Corylus avellana* L., *Salix alba* L., *Populus nigra* L., *Acer platanoides* L., *Alnus cordata* Loisel. e specie arbustive e suffruticose come *Prunus spinosa* L., *Rubus ulmifolius* Schott., *Rosa canina* L., *Crataegus monogyna* Jacq., *Euonymus europaeus* L., *Cornus sanguinea* L., *Cornus mas* L., *Ligustrum vulgare* L., *Thymus serpyllum* s.l.

La vegetazione arborea collinare montana e alto-montana che va fino ai 2000 metri s.l.m., nel tratto Appenninico che interessa la Provincia è rappresentata da *Fagus sylvatica* L., *Ilex aquifolium* L., *Taxus baccata* L., *Acer platanoides* L., *Acer pseudoplatanus* L., *Carpinus betulus* L., *Prunus avium* L., *Betula pendula* Roth., *Abies alba* Mill., *Cotoneaster integerrimus* Medicus., *Cotoneaster tomentosus* Lindley, *Salix apennina* A.K. Skortsov.

Illustrazione 59: Ilex aquifolium L. *(Corpo forestale dello Stato Archivio Aldo Papi)*

Specie arbustive e suffruticose: *Sambucus nigra* L., *Laburnum anagyroides* Medik.ssp. *anagyroides*, *Clematis vitalba* L., *Sambucus ebulus* L., *Daphne laureola* L., *Daphne mezereum* L, *Daphne oleoides* Schreb. *Salix eleagnos* Scop. subsp. *eleagnos*, *Salix caprea* L., *Adenocarpus samniticus* Brullo, De Marco et Siracusa, *Cytisophyllum sessilifolium* (L.) O. Lang, *Chamaecytisus*

spinescens (Presl) Rothm., *Genista radiata* (L.) Scop., *Chamaespartium sagittale* (L.) Gibbs, *Ribes multiflorum* Kit., *Ribes uva-crispa* L., *Rosa dumalis* Bechst., *Rosa montana* Chaix, *Rosa spinosissima* L., *Rosa tomentosa* Sm., *Rubus idaeus* L., *Salvia aucuparia* L. subsp. *aucuparia.*

Nella fascia della steppa montana mediterranea, troviamo specie arboree ma soprattutto specie arbustive. Si tratta di piccoli arbusti spesso striscianti in grado di sopportare sia il freddo invernale che la siccità estiva.

Tra le varie specie di questa fascia che si sono adattate ad habitat rocciosi o con terreno estremamente superficiale troviamo specie arboree quali ad esempio *Rhamnus pumila* Turra, *Rosa pendulina* L., *Salix amplexicaulis* Bory, *Salix foetida* Schleicher, *Salix retusa* L., *Sorbus chamaemespilus* (L.) Crantz e specie arbustive e suffruticose quali *Juniperus communis* subsp. *communis*, *Juniperus sabina* L., *Daphne alpina* L., *Rhamnus alpina* L., *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng, *Lonicera alpigena* L. subsp. *alpigena, Ribes alpinum* L., *Rosa villosa* L., *Vaccinium myrtillus* L.

Illustrazione 60: Quercus pubescens Willd. *(Corpo forestale dello Stato - Archivio Aldo Papi)*

5.3 GLI USI MEDICAMENTOSI DI ALBERI ED ARBUSTI DELLA PROVINCIA DI RIETI

Come indicato in premessa per ogni pianta considerata è stata creata una scheda suddivisa in due sezioni: nella prima viene indicato un binomio scientifico, un nome italiano in conformità a Pignatti S. (1982), si specificano nomi locali o vernacoli, i principi attivi o i costituenti significativi.

Nella seconda vengono indicati invece gli usi tradizionali in medicina delle piante nella provincia.

APOCYNACEAE

***Nerium oleander* L.** (oleandro)-coltivato

Nomi locali: leandru (S. Elia).

Principi attivi: oleandrina, neriantina, adinerina, l-strofantina (azione digitale simile), flavonoidi vitamina K.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: nella zona della Sabina (Passo Corese, Osteria Nuova, Poggio Mirteto) i fiori essiccati ridotti in polvere venivano annusati a scopo starnutatorio.

ARALIACEAE

***Hedera helix* L.** (edera).

Nomi locali: edera.

Principi attivi: glucosidi vari, saponine, sostanze tanniche, resinose e pectiche, acido clorogenico.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: come callifugo naturale, le foglie venivano fatte macerare in aceto e quindi lasciate per un giorno a contatto con i calli che dovevano essere successivamente rimossi meccanicamente (Greccio). Nella cura dell'acne si usavano foglie di edera (zona di Concerviano). Infusi di foglie erano bevuti a digiuno a scopo antinevralgico (Magliano Sabino).

BUXACEAE

***Buxus sempervirens* L.** (bosso)

Nomi locali: mortella (Rieti) bussu (S. Elia)

Principi attivi: alcaloidi: bussina, parabussina, bussinidina, parabussinidina, bussanina, tannini, principio amaro, resine, olio.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di foglie contro le febbri (Contigliano).

CAPRIFOLIACEAE

***Sambucus nigra* L.** (sambuco comune).

Nome locale: sammuco (Greccio, Leonessa).

Principi attivi: olio etereo, composti polifenolici, glucosidi rutina e quercitrina, sostanze tanniche e resinose, mucillagini, alcaloide sambucina e glucoside sambunigrina, quest'ultimo eteroside cianogenetico, vitamina C, pectina, acidi organici, zuccheri, eterosidi della cianidina (frutti), tracce di alcaloidi, colina, acido ursolico, betulina (scorza).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: a Poggio Fidoni, riccetti di corteccia venivano messi su ascessi o foruncoli. Anche a Capradosso, sotto la corteccia si raschiava il fusto e si ottenevano "riccioli" da applicare sulle guance in caso di ascessi dentari per farne regredire gonfiore e infiammazione. A Magliano Sabino le foglie giovani venivano messe a bollire in acqua e quindi avvolte in compresse di garza con le quali si facevano impacchi per scottature e infiammazioni cutanee.

Nelle contusioni era utilizzato l'impiastro di fiori e "sugna" ovvero grasso di maiale (Greccio). A Greccio l'infuso di fiori veniva utilizzato per fare i pediluvi. Un decotto caldo di foglie e la scorza pestata venivano utilizzati nei dolori artritici (Petrella Salto).

A Leonessa i decotti di fiori rappresentavano un rimedio per la tosse.

CORNACEAE

***Cornus mas* L. (corniolo).**

Nome locale: crugnale (Contigliano, Leonessa), crognale (Rieti, S. Elia).

Principi attivi: cornina, tannini, pectina, malato di calcio (scorza).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: le foglie, lavate e schiacciate erano poste su ferite a scopo disinfettante e cicatrizzante (Contigliano).

CUPRESSACEAE

Juniperus communis* L. subsp. *communis (ginepro comune).

Nome locale: gineporo (Greccio), ienebule (S. Elia).

Principi attivi: olio essenziale ricco alfa-pinene, cadinene, canfene, terpineolo, juniperina, resina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: vicino Cittaducale, le bacche di ginepro venivano usate per decotti bevuti mattina e sera a scopo emmenagogo. A Contigliano e Greccio il decotto di coccole veniva usato per sciogliere i calcoli renali.

ERICACEAE

***Arbutus unedo* L.** (corbezzolo)

Nomi locali: cerecia marina (Poggio Fidoni)

Principi attivi: tannino, resine, arbutina, metilarbutina, arbutas, flavonoidi, idrochinone.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di foglie come diuretico (Greccio).

***Arctostaphylos uva-ursi* (L) Spreng.**

Nome locale: uva- arzina (Capradosso).

Principi attivi: glucosidi, acido ursolico, tannini.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: nella zona del Cicolano si usava la spremuta delle bacche come disinfettante delle vie urinarie.

HIPPOCASTANACEAE

***Aesculus hippocastanum* L.** (ippocastano).

Nomi locali: castagno falso (Greccio), castagno pazzo (Rieti).

Principi attivi: vari saponosidi triterpenici tra cui l'escina, derivati flavonici (castagne), tannini, derivati cumarinici.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: le castagne lasciate macerare nella grappa per alcuni giorni erano impiegate nei massaggi per i dolori alla schiena (Greccio). Anche a Borgo Velino l'impiastro era usato per i reumatismi.

JUGLANDACEAE

***Juglans regia* L.** (noce comune)

Nome locale: le nuci (S. Elia, Rieti)

Principi attivi: tannino, olio volatile, acidi ellagico e gallico, colorante, inositolo, derivati flavonici, sostanza amara juglone (foglie), olio grasso, vitamina C (mallo).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: a Magliano Sabino le foglie fresche pestate venivano applicate su ferite e coperte con una garza a scopo cicatrizzante. A Greccio impiastri di foglie pestate e olio d'oliva erano usati contro l'acne. Il mallo veniva tritato e posto sulla cute affetta da alopecia e calvizie (Greccio).

LABIATAE

***Lavandula* sp. pl.** (lavande).

Nomi locali: spighetta (Magliano Sabino), spiga (Rieti).

Principi attivi: olio etereo con carburi terpenici, alcooli terpenici liberi, geraniolo, borneolo, esteri del linalolo, cineolo e canfora (fiori).

USI TRADIZIONALI

Medicinale: l'infuso di fiori serviva come antitussivo e stomachico (Magliano Sabino). Il decotto di fiori serviva per rinfrescare l'alito (S. Elia).

***Rosmarinus officinalis* L.** (rosmarino)

Nomi locali: strommarina (S. Elia) smarino (Greccio) stramarina (Poggio Bustone).

Principi attivi: olio essenziale ricco di terpeni, tannini, derivati triterpenici,resine, pigmenti flavonici.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infusi di rametti per bibita digestiva (Antrodoco). Macerato di foglie e fiori e olio d'oliva applicati sulle zone dolenti in caso di reumatismi (Greccio). Decotto applicato sulla cute contro la calvizie (Contigliano). Vapori delle foglie poste sulle stufe respirati per asma e malattie da raffreddamento (Albaneto).

***Salvia officinalis* L.** (salvia).

Nomi locali: sarvia (Rieti, S. Elia, Magliano Sabino).

Principi attivi: olio essenziale contenente 30% di tuione, 15% di cineolo, canfora, tannini, amari (picrosalvina) acido ursolico, flavonoidi, resine, saponina acida, mucillagini, asparagina, borneolo.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: infusi e decotti erano consumati a scopo digestivo (Magliano Sabino) e in caso di gastrite ed acidità di stomaco (Greccio, Contigliano). Tisane di limone e salvia venivano usate per disturbi intestinali (Cittaducale) e per il mal di gola.

Altri usi: Foglie fresche venivano strofinate sui denti per sbiancarli.

Thymus serpyllum s.l. (serpillo)

Nomi locali: serpullu (S. Elia) serpuju (Leonessa), serpillo (Poggio Moiano).

Principi attivi: olio essenziale (timolo, cimolo ecc) tannini, sostanza amara, saponina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: l'infuso di giovani rametti e foglie era bevuto per favorire la digestione e eliminare gonfiori addominali (Collevecchio). A Contigliano usato come digestivo.

LAURACEAE

***Laurus nobilis* L.** (alloro)

Nomi locali: làuru (Rieti).

Principi attivi: olio volatile contenente cineolo, eugenolo, principio amaro, mucillagini, tannini, resine (foglie), olio grasso (25%) fino al 3% di olio volatile composto da cineolo, geraniolo, linalolo, laurina e laurostearina, zuccheri, gomme, tannini (drupe).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: i frutti venivano ingeriti come rimedio contro le punture di scorpioni (Greccio). L'infuso con foglie di alloro veniva utilizzato per dolori addominali e aerofagia (S. Elia, Cittaducale). Infusi di foglie in caso di gastrite (Capradosso).

Macerato di drupe e olio di oliva applicato su parti doloranti per reumatismi (Poggio Mirteto). Lo

stesso macerato veniva frizionato su contusioni o slogature. Decotto di foglie di alloro e salvia applicato sul capo contro la calvizie (Leonessa).

LILIACEAE

***Asparagus acutifolius* L.** (asparago pungente)

Nomi locali: sparaci (turioni) sparacina (pianta) (S. Elia).

Principi attivi: Aminoacidi asparagina e arginina, sarsapogenina, acidi glicolico e glicerico, flavonoidi, sali di potassio, nichel.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto di germogli veniva usato come diuretico o disintossicante (Collevecchio).

***Asparagus officinalis* L.** (asparago comune).

Nomi locali: sparaci (turioni) sparacina (pianta) (S. Elia).

Principi attivi: asparagina e arginina, sarsapogenina, colina, saponina, tannino, flavonoidi, sali di potassio, nichel.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di rami per la cura delle emorroidi (Greccio); si massaggiava la pelle con turioni e aglio triturati contro le punture di insetti (Contigliano).

***Ruscus aculeatus* L.** (ruscolo pungitopo)

Nomi locali: pungitopo.

Principi attivi: saponine steroidee, glucosidi (ruscosidi), agliconi (ruscogenine), flavonoidi (rutina), cumarine, sparteina, tiramina, tannini, olio essenziale e resine.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di rami giovani a scopo digestivo (Terria).

LEGUMINOSAE

***Robinia pseudacacia* L.** (robinia).

Nomi locali: acascia (S. Elia).

Principi attivi: tossialbumina robina, rubinina, asparagina, invertina, essenze profumate (fiori).

USI TRADIZIONALI

Medicinale: il decotto di fiori era usato per dolori addominali (Poggio Moiano).

MORACEAE

Ficus carica L. (fico)

Nomi locali: *ficora* (S. Elia) *fallacianu* (Rieti) *profici* (fichi precoci), *ficora appallonate* (fichi non maturi).

Principi attivi: resine, sostanze pectiche, saccarosio.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: Decotto di frutti si applicava su parti affette da reumatismi (Magliano Sabina).

Il latice si applicava su porri e verruche per la successiva rimozione meccanica (S. Elia).

Si beveva il decotto di fichi e uva a scopo antitussivo (Capradosso). Decotti di frutti secchi in caso di infiammazioni del cavo orale (Poggio Mirteto). A Torri in Sabina i frutti mangiati a scopo lassativo.

OLEACEAE

***Fraxinus ornus* L.**(orniello)

Nome locale: ornellu (Rieti)

Principi attivi: d-mannitolo, glucosio, fruttosio ed altri zuccheri, resina, destrine, acido citrico, derivati cumarinici.

USI TRADIZIONALI

Medicinale: la parte interna della scorza era applicata a scopo cicatrizzante sulle ferite (S. Elia, Contigliano, Leonessa) anche sotto forma di fasciatura, similmente alla scorza di olmo.

***Olea europaea* L.** subsp. europaea (olivo)

Nomi locali: liva (Magliano Sabino), le ghie (Leonessa).

Principi attivi: gliceridi degli acidi grassi, vitamine A D E, tracce di oleoeuropeina, glucoside, verbascoside, derivati triterpenici, colina, pigmenti flavonici.

USI TRADIZIONALI

Medicinale: per calmare irritazioni da punture di insetti (S. Elia). Spalmato sui capelli prima del lavaggio li rendeva lucenti e robusti (Contigliano). A S. Elia, scaldato veniva introdotto a gocce nelle orecchie per sciogliere i tappi di cerume. Nella campagna reatina e nel cicolano si era soliti fare l'olio ferrato immergendo un ferro arroventato in dell'olio che scaldato in questo modo, veniva usato per massaggi sul torace nelle bronchiti.

PUNICACEAE

***Punica granatum* L.** (melograno)

Nomi locali: granata (S. Elia).

Principi attivi: pelletierine, tannino, resveratrolo, ossalato di calcio, coloranti nella scorza del frutto.

USI TRADIZIONALI

Medicinale: spremuta come astringente (Magliano Sabina).

ROSACEAE

***Cydonia oblonga* Mill.** (cotogno)

Nomi locali: milu cutugnu (S. Elia).

Principi attivi: abbondante pectina nel frutto, mucillagini in particolare pentosani, arabinosio, xilosio (semi), glucoside cianidrico in piccola quantità (foglie).

USI TRADIZIONALI

Medicinale: la marmellata si usava per regolare l'intestino.

***Crataegus monogyna* Jacq.** (biancospino comune).

Nomi locali: cacchelle (Leonessa), (S. Elia).

Principi attivi: sostanze flavoniche, olio essenziale con aldeide anisica, derivati triterpenici (fiori), trimetilamina, acidi organici, zuccheri, lattone crategico, tannini, cere, glucoside cianogenetico, oxyacantina, principio amaro crategina (scorza), vitessina.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: l'infuso dei fiori era coadiuvante in diete dimagranti (Magliano Sabino), come sedativo (Collevecchio), nella cura delle vertigini (Torri in Sabina).

***Malus domestica* (Borkh.)** (melo comune).

Nomi comuni: milu (pianta), meluzza (piccolo frutto), (Rieti).

Principi attivi: pectine, acido malico, zuccheri, acido citrico, quercetina, tannino, zuccheri.

USI TRADIZIONALI

Medicinale: mele tagliate a spicchi e seccate venivano usate per decotti bevuti per problemi intestinali (Rieti); frutti fatti bollire nel vino bevuto contro i raffreddori (Magliano Sabino). Fettine applicate su infiammazioni cutanee a scopo antinfiammatorio (Magliano Sabino). Contro le malattie respiratorie si bevevano decotti di mela, fichi secchi, malva e orzo (Leonessa).

***Prunus avium* L.** (ciliegio).

Nomi locali: cerasa (Rieti), cerecia (S. Elia).

Principi attivi: acido malico, acidi organici, sostanza amara (frutti), eteroside, amigdalina (nocciolo).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: mangiati contro la gotta, come lassativi, (Magliano Sabino), come diuretici (Contigliano).

***Prunus spinosa* L.** (pruno selvatico)

Nomi locali: pronche (S. Elia) prunche (Petrella Salto).

Principi attivi: glicosidi flavonici, poco glicoside dell'acido cianidrico, composti della curarina, acido malico, saccarosio, pectina, gomma, vitamina C, tannini.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: i decotti di frutti bevuti per curare le malattie da raffreddamento. A volte veniva aggiunto il miele (Leonessa).

***Pyrus communis* L.** (pero comune)

Nomi locali: piru (S. Elia).

Principi attivi: acido ursolico (foglie), pectine (semi).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: pere acerbe venivano tagliate a fette e applicate a scopo cicatrizzante sulle ferite (Magliano Sabino).

***Rosa* sp. pl** (rose coltivate)

Nomi locali: rosa (ovunque).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: petali battuti e applicati sulle ferite per una notte come cicatrizzanti (Leonessa).

***Rosa canina* L.** (rosa canina L.).

Nome locale: a Leonessa piròli, a Borgo Velino rattaculi.

Principi attivi: vitamina C, acidi organici, tannino, pigmenti flavonici e carotinoidi.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto di cinorridi secchi alleviava i dolori gastrici (Greccio). Lo stesso preparato attenuava coliche renali (Greccio).

***Rubus ulmifolius* Schott** (rovo)

Nomi locali: spini (Magliano Sabino, Petrella Salto, S. Elia, Capradosso, Greccio, Poggio Bustone).

Principi attivi: tannino, acidi organici, acidi citrico, malico, tartarico, ossalico, sostanze gommose e coloranti, pectina, essenza, grassi, destrosio e levulosio (frutti).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: le foglie si applicavano sulle ferite a scopo disinfettante e per accelerare la cicatrizzazione (Capradosso, Leonessa, Petrella Salto). Le foglie pestate venivano applicate su ascessi (Poggio Bustone, Contigliano, Petrella Salto) e contro l'acne (Concerviano, Capradosso, Contigliano, Poggio Bustone, Petrella Salto). I frutti venivano e vengono usati per gustose marmellate contro il mal di gola.

***Sorbus aucuparia* L.** (sorbo degli uccellatori)

Nomi locali: sorbe (frutti, S. Elia).

Principi attivi: acido parasorbico, acido sorbico, tannini, sorbite, pectine, zuccheri, carotenoidi, vitamina C, amigdalina (semi).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: frutti maturi venivano mangiati a scopo lassativo mentre i frutti cotti come astringenti (Contigliano). Infatti grandi quantità di frutti freschi possono provocare infiammazioni alle

mucose dell'apparato digerente a causa del contenuto di acidi parasorbici. Solo dopo la distruzione di questa sostanza, tramite la cottura, si evidenzia l'azione astringente delle pectine e dei tannini.

RUTACEAE

***Citrus limon* (L.) Burm** (limone)-coltivata

Nomi locali: limone (ovunque)

Principi Attivi: idrocarburi, monoterpenici, olio essenziale con d-limonene, bisabolene, cadinene, aldeidi, alcoli terpenici, acidi acetico, caprico, laurico, alcol perillico, cumarine, citroflavonoidi, vitamine A, B, C.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto di esocarpo (detto canarino) veniva bevuto a scopo digestivo (Rieti).

***Citrus sinensis* (L.) Osbeck** (arancio)-coltivata

Nomi locali: portogallo (S. Elia).

Principi attivi: limonene e linalolo, oli essenziali contenuti nella scorza, esperidina, composto di natura flavonoidica, auraptene, etere geranilico dell'ossicumarina (derivato della cumarina), zuccheri e acidi organici.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: decotto di esocarpo e frutto contro le malattie da raffreddamento (Poggio Mirteto).

TILIACEAE

Tilia sp.pl.

Nomi locali: tiju (Poggio Fidoni).

Principi attivi: glucosidi, tannini, polifenoli, mucillagini, cumarine.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: con i fiori venivano fatte tisane usate contro tossi e bronchiti.

ULMACEAE

***Ulmus minor* Mill.** (olmo comune)

Nomi locali: urmu (S. Elia, Rieti).

Principi attivi: molti tannini e mucillagini, composti amari (scorza dei rami giovani a primavera).

USI TRADIZIONALI

Medicinali: il decotto della scorza era usato su infiammazioni cutanee a scopo disinfettante ed emostatico (Leonessa).

A S. Elia, era consuetudine applicare sulle ferite la parte interna della scorza. A Petrella Salto, la scorza si arrotolava sopra la ferita a mò di fasciatura. Anche a Borgovelino la scorza dell'olmo era

utilizzata per la cura delle ferite e a Greccio le foglie erano usate a scopo emostatico.

VITACEAE

***Vitis vinifera* L.** (vite)

Nomi locali: vite *vita*, graspi *raspi* (S. Elia), grappoletti *ciaccarelle* (S. Elia), chicchi *vaga,* uva *ua* (Rieti).

Principi attivi: saccarosio, tannini, quercitina e quercitrina, caroteni, acido malico e succinico, tartrati, glutammina, colina, tannini, acqua, zucchero (destrosio e fruttosio), acido tartarico e malico, tannini, antociane, quercitrina, inosite, lecitina, leucina, tirosina, acido malico, xantofilla, carotene, vitamine.

USI TRADIZIONALI

Medicinali: si beveva una spremuta di chicchi a digiuno per risolvere i problemi intestinali (S. Elia). A Poggio Fidoni, si essiccavano i grappoli d'uva nel forno.

Uno sciroppo utile per la tosse e per il raffreddore veniva ottenuto mescolando gli acini essiccati in acqua calda.

5.4 ANALISI DEI TESTI E DEI DOCUMENTI ARCHIVISTICI

Lavori specifici ed approfonditi inerenti l'utilizzo curativo delle piante a portamento arboreo ed arbustivo nella tradizione popolare della Provincia di Rieti sono a tutt'oggi assenti.

Nell'elaborazione di questo scritto pertanto, al fine di recuperare, la conoscenza del patrimonio etnobotanico reatino con riferimento agli aspetti medicamentosi delle piante, fondamentale è stata l'indagine sul campo. Molto importante si è dimostrato in aggiunta attingere alla letteratura di argomento storico, a pubblicazioni locali consultate nelle biblioteche ed archivi della provincia, a documenti archivistici. Le informazioni raccolte con le interviste realizzate sul territorio hanno avuto non di rado un interessante riscontro documentale.

In particolare è possibile citare l'uso *dell'*olmo comune (*Ulmus minor* Mill.). Quello rilevato nella provincia attraverso le interviste finalizzato a curare infiammazioni cutanee o a scopo disinfettante ed emostatico si ritrova in maniera ampiamente sovrapponibile anche nel testo "*Dei discorsi di M. Pietro Andrea Matthioli sanese medico cesareo et del serenissimo principe Ferdinando arciduca d'Austria etc nelli sei libri di Pedacio Dioscoride Anazarbeo della materia medicinale*", realizzato da Pietro Andrea Matthioli e consultato presso la Biblioteca Comunale Paroniana di Rieti.

Afferma infatti il Matthioli che talvolta aveva sanato *"le ferite fresche con le sole frondi dell'olmo e con la scorza legata fresca a modo di fascia sopra alle ferite"*.

Anche il sambuco comune (*Sambucus nigra* L.) veniva utilizzato nel territorio reatino a scopi medicinali: riccioli di corteccia per ascessi o acne, le foglie giovani invece venivano usate per

scottature e infiammazioni cutanee (GUARRERA, P.M.-1994).

In un documento di fine ottocento rinvenuto presso gli archivi di Cantalupo in Sabina (DI CARLO, E.A.- 1988) i fiori di sambuco sono citati anche nell'elenco dei farmaci a cui ogni Comune o Casa di Soccorso doveva provvedere.

18

REGIA PREFETTURA DI AQUILA

TARIFFA TEMPORANEA

CONTENENTE I PREZZI MASSIMI

DEI

MEDICINALI PIU' IN USO

Da osservarsi nella vendita al pubblico dai Farmacisti esercenti

nella Provincia di Aquila

Stampato a cura dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Aquila

SULMONA

TIPOGRAFIA EDITRICE SOCIALE

1919

Illustrazione 61: Tariffario contenente i prezzi dei medicinali piu' in uso nella provincia di Aquila. Molti medicinali erano di origine vegetale - 1919. (AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat. 15, busta146, fasc.18)

Anche l'uva (*Vitis vinifera* L.) detta *ùa a* Rieti, veniva utilizzata per problemi intestinali, per il raffreddore con azione anticatarrale e ricostituente contro la tubercolosi polmonare, con funzione lassativa, nei disordini digestivi, nelle coliche epatiche e renali, come indicato in un articolo di *Sabina Agricola*, una rivista locale dei primi del '900.[20] Interessante è la cura raccomandata.

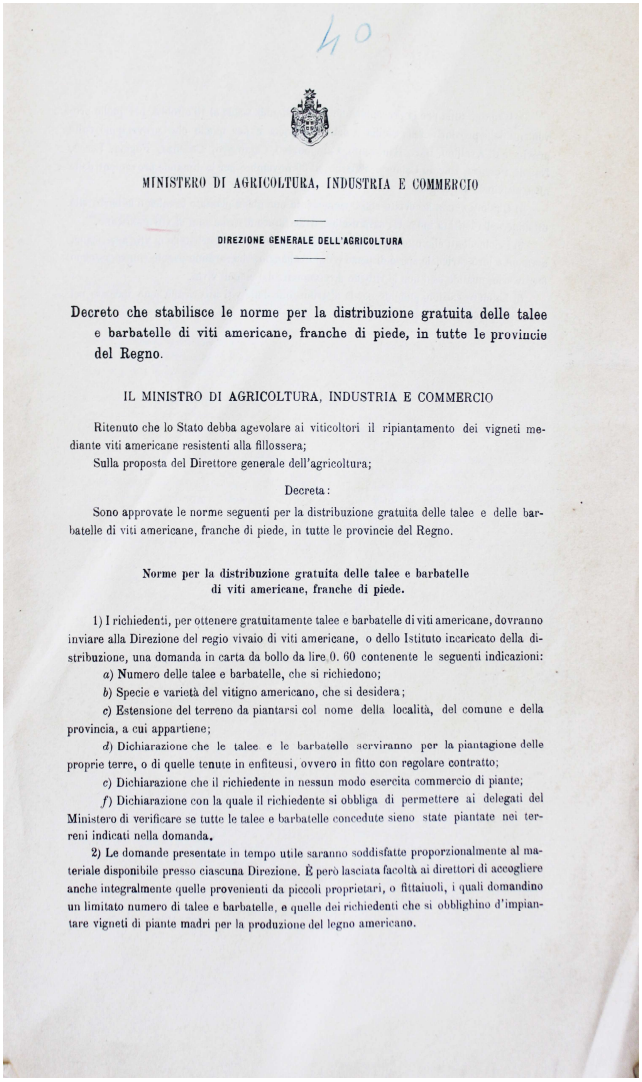
Si consigliava l'uso dell'uva bianca matura da mangiare senza buccia, a stomaco pieno e con un po' di pane, da 500 grammi a due chili durante il giorno, per tre-sei settimane.

Nella zona del Cicolano si usavano in passato le spremute di bacche di uva ursina (*Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng.) come disinfettanti delle vie urinarie. Anche nell'elenco dei medicinali piu' in uso nelle farmacie della Provincia di Aquila del 1917 [21] viene citato tra l'altro il "decotto di uva ursina".

Da alcuni documenti reperiti presso l'Archivio di Stato di Rieti [22]è stato interessante scoprire che nella zona di Rieti, tra la fine dell'800 e l'inizio del '900, fosse molto diffusa la coltivazione della vite e la produzione di vino. Per tale ragione nel 1898 venivano distribuite gratuitamente le talee di viti americane resistenti alla fillossera dalla Scuola pratica di Agricoltura di Roma.[23] Le vinacce in fermentazione venivano usate per bagni contro i reumatismi mentre l'uso del vino veniva consigliato, anche come rinvigorente ed energizzante durante i periodi di convalescenza.

Quale prodotto della distillazione del vino anche l'acquavite veniva utilizzata per curare i malesseri

20 FRASCHETTI - Il valore curativo dell'uva in Sabina Agricola Anno III n. 2 Febbraio 1930 - VIII
21 AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.15, busta146, fasc.18
22 AsRi, sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Categoria VII, busta 114
23 AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat. VII, busta 114, fasc 40



MINISTERO DI AGRICOLTURA, INDUSTRIA E COMMERCIO

DIREZIONE GENERALE DELL'AGRICOLTURA

Decreto che stabilisce le norme per la distribuzione gratuita delle talee e barbatelle di viti americane, franche di piede, in tutte le provincie del Regno.

IL MINISTRO DI AGRICOLTURA, INDUSTRIA E COMMERCIO

Ritenuto che lo Stato debba agevolare ai viticoltori il ripiantamento dei vigneti mediante viti americane resistenti alla fillossera;
Sulla proposta del Direttore generale dell'agricoltura;

Decreta:

Sono approvate le norme seguenti per la distribuzione gratuita delle talee e delle barbatelle di viti americane, franche di piede, in tutte le provincie del Regno.

Norme per la distribuzione gratuita delle talee e barbatelle di viti americane, franche di piede.

1) I richiedenti, per ottenere gratuitamente talee e barbatelle di viti americane, dovranno inviare alla Direzione del regio vivaio di viti americane, o dello Istituto incaricato della distribuzione, una domanda in carta da bollo da lire 0. 60 contenente le seguenti indicazioni:
a) Numero delle talee e barbatelle, che si richiedono;
b) Specie e varietà del vitigno americano, che si desidera;
c) Estensione del terreno da piantarsi col nome della località, del comune e della provincia, a cui appartiene;
d) Dichiarazione che le talee e le barbatelle serviranno per la piantagione delle proprie terre, o di quelle tenute in enfiteusi, ovvero in fitto con regolare contratto;
e) Dichiarazione che il richiedente in nessun modo esercita commercio di piante;
f) Dichiarazione con la quale il richiedente si obbliga di permettere ai delegati del Ministero di verificare se tutte le talee e barbatelle concedute sieno state piantate nei terreni indicati nella domanda.
2) Le domande presentate in tempo utile saranno soddisfatte proporzionalmente al materiale disponibile presso ciascuna Direzione. È però lasciata facoltà ai direttori di accogliere anche integralmente quelle provenienti da piccoli proprietari, o fittaiuoli, i quali domandino un limitato numero di talee e barbatelle, e quelle dei richiedenti che si obblighino d'impiantare vigneti di piante madri per la produzione del legno americano.

Illustrazione 62: Distribuzione gratuita di talee di viti americane resistenti alla fillossera. A Rieti e nel circondario venivano distribuite dalla Scuola Pratica di Agricoltura di Roma - Agosto 1898 (AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.7, busta114, fasc. 4012)

e la sua produzione nel circondario di Rieti è attestata da un documento del 1898 con il quale la Sottoprefettura di Cittaducale indiceva un bando per concorso a premi riservato alla distillerie cooperative che producevano acquavite ad uso cognac.[24]

Il ginepro comune (*Juniperus communis* L.) veniva utilizzato nel reatino a scopo emmenagogo e per i calcoli renali. Le coccole venivano talvolta raccolte per essere impiegate presso le farmacie. In un documento del 1917 [25] già citato, rinvenuto presso l'Archivio di Stato di Rieti in cui vengono riportati i medicinali più in uso nella Provincia dell'Aquila[26] ed il loro tariffario, viene addirittura menzionato "l'*infuso di ginepro*".

Nel medioevo addirittura si attribuivano guarigioni miracolose a bacche di ginepro *(Juniperus sp.)* (DI CARLO, E.A.- 1988).

Nel tariffario sopraccitato è indicato anche il *"decotto di melograno"*. A Magliano Sabina la spremuta di melograno *(Punica granatum* L.) veniva usata come astringente.

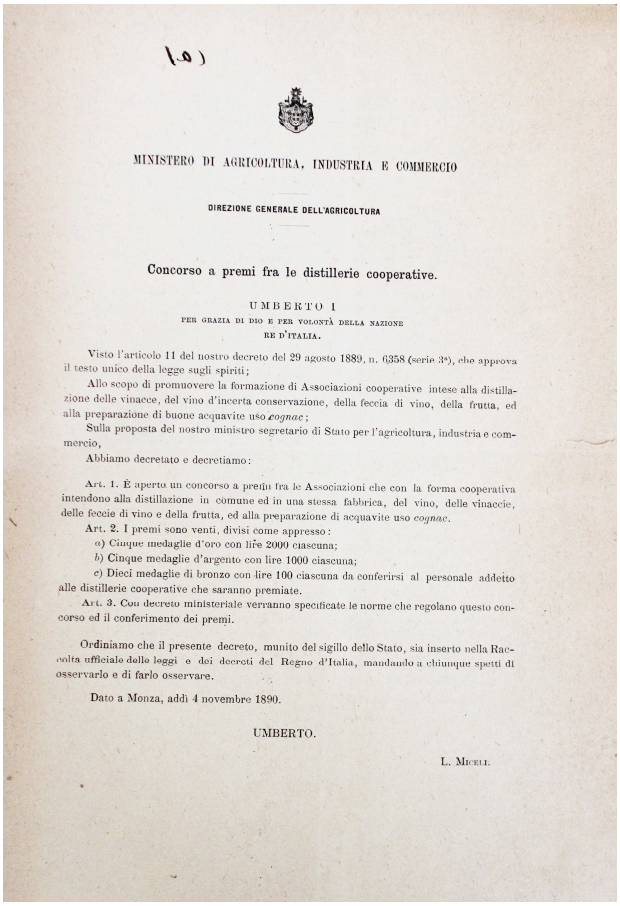
Che nell'ottocento ancora molte piante venissero utilizzate a scopo medicinale trova riscontro anche in "Monumenti Sabini" (GUATTANI, G.A. 1832) dove ad esempio sono citate le proprietà medicamentose e gli usi del ginepro sabina *(Juniperus sabina* L.*)* considerato "*uno degli emmenagoghi più potenti se preso interiormente, un ottimo detergente se usato esteriormente*".

Per i dolori addominali veniva usato l'infuso con foglie di alloro (*Laurus nobilis* L.) mentre nel medioevo tali infusi venivano usati per lenire invece rispettivamente l'asma, le nevralgie la lombaggine e dolori articolari (DI MARIO, R.- 1997).

Mentre per i disturbi d'asma erano usati fichi secchi macerati (*Ficus carica* L.) con acquavite, il latice

24 AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat. VII, busta 114, fasc 41
25 AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.15, busta146, fasc.18
26 Cittaducale ed il suo circondario fecero parte della provincia di Aquila degli Abruzzi fino al 1927 quando passarono nella Provincia di Rieti

veniva usato (Maglianello) nella cura delle verruche e, mescolato con il miele, usato contro le punture di api e di vespe (DI MARIO, R.- 1989). Per le irritazioni da punture di insetti veniva utilizzato anche l'olio (*Olea europaea* L. subsp. *europaea*). Troviamo l'olio d'oliva citato anche nelle liste dei medicinali obbligatori per le farmacie dei comuni del 1800 probabilmente in ragione delle sue proprietà refrigeranti, emollienti e digestive conosciute già nell'antica Roma (DI CARLO, E.A.- 1988) .



MINISTERO DI AGRICOLTURA, INDUSTRIA E COMMERCIO

DIREZIONE GENERALE DELL'AGRICOLTURA

Concorso a premi fra le distillerie cooperative.

UMBERTO I
PER GRAZIA DI DIO E PER VOLONTÀ DELLA NAZIONE
RE D'ITALIA.

Visto l'articolo 11 del nostro decreto del 29 agosto 1889, n. 6358 (serie 3ª), che approva il testo unico della legge sugli spiriti;

Allo scopo di promuovere la formazione di Associazioni cooperative intese alla distillazione delle vinacce, del vino d'incerta conservazione, della feccia di vino, della frutta, ed alla preparazione di buone acquavite uso *cognac*;

Sulla proposta del nostro ministro segretario di Stato per l'agricoltura, industria e commercio,

Abbiamo decretato e decretiamo:

Art. 1. È aperto un concorso a premi fra le Associazioni che con la forma cooperativa intendono alla distillazione in comune ed in una stessa fabbrica, del vino, delle vinaccie, delle feccie di vino e della frutta, ed alla preparazione di acquavite uso *cognac*.

Art. 2. I premi sono venti, divisi come appresso:

a) Cinque medaglie d'oro con lire 2000 ciascuna;

b) Cinque medaglie d'argento con lire 1000 ciascuna;

c) Dieci medaglie di bronzo con lire 100 ciascuna da conferirsi al personale addetto alle distillerie cooperative che saranno premiate.

Art. 3. Con decreto ministeriale verranno specificate le norme che regolano questo concorso ed il conferimento dei premi.

Ordiniamo che il presente decreto, munito del sigillo dello Stato, sia inserto nella Raccolta ufficiale delle leggi e dei decreti del Regno d'Italia, mandando a chiunque spetti di osservarlo e di farlo osservare.

Dato a Monza, addì 4 novembre 1890.

UMBERTO.

L. Micheli.

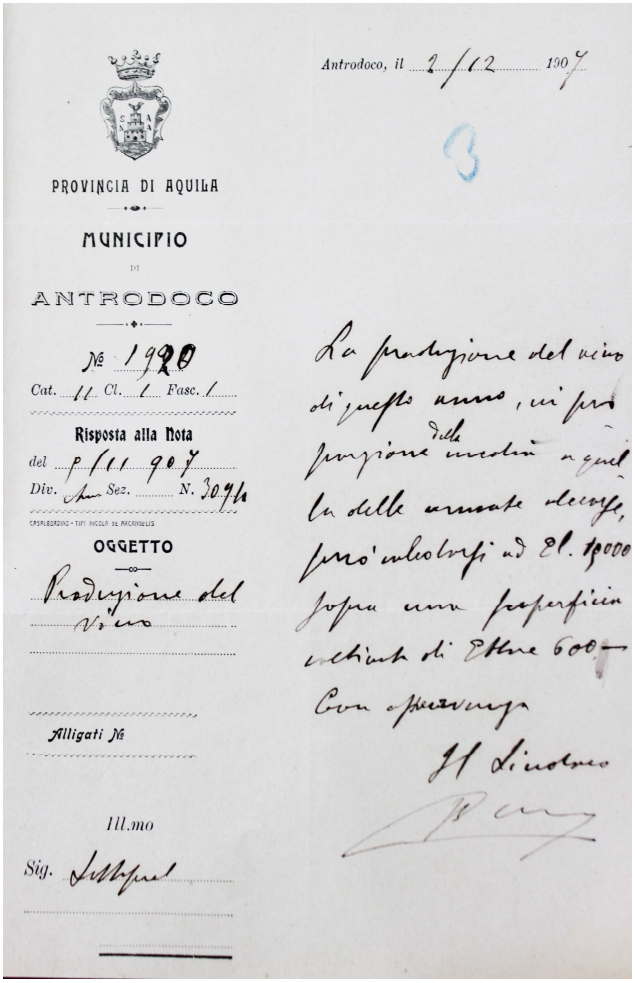
Illustrazione 63: Concorso a premi fra le distillerie cooperative per la produzione di acquavite uso cognac- 1889- Municipio di Accumoli al Sottoprefetto di Cittaducale 7 Giugno 1889 (AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.VII busta 114 fasc. 41)

Nelle zone della Bassa Sabina la coltura predominante nei primi anni del novecento era quella dell'olivo utilizzato non solo come condimento alimentare ma anche per la cura di mialgie, avvelenamenti, malattie epatiche e della pelle, come eccipiente e solvente di medicinali (A.A.V.V.- Rieti- Percorsi tra Storia, ambiente e cultura – Fondazione Varrone-2007).

Verso la metà del XIX secolo, ad incrementare la coltivazione degli olivi era preposta la Cattedra Ambulante di Agricoltura di Poggio Mirteto, nata con lo scopo di potenziare la produzione delle viti, dei cereali (POLIA, M. 2002) e del gelso (*Morus alba L.*) per l'allevamento del baco da seta.[27] Non vi fu mai purtroppo un completo sviluppo di tali attività sia in conseguenza alla diffusione della pebrina, una malattia del baco da seta, ma anche a causa della riferita scarsa capacità imprenditoriale dei reatini.[28]

Tra le piante a portamento arbustivo coltivate in passato *nel reatino* per scopo culinario ma anche medicamentoso, vi era la salvia domestica (*Salvia officinalis* L.). Tra i principali effetti riconosciuti vi era quello antisettico, quello digestivo e calmante. Documentata è inoltre la coltivazione della salvia negli orti medievali del reatino quale essenza curativa delle diarree dei bambini e della circolazione sanguigna (DI MARIO, R.- 1989).

27 AsRi, Raccolta bandi e editti, busta n.4, bando n. 362
28 Annuale del Comizio Agrario di Rieti per l'anno 1879



PROVINCIA DI AQUILA

MUNICIPIO

DI

ANTRODOCO

Antrodoco, il 2/12 1907

Risposta alla Nota

OGGETTO

Produzione del Vino

Allegati N.

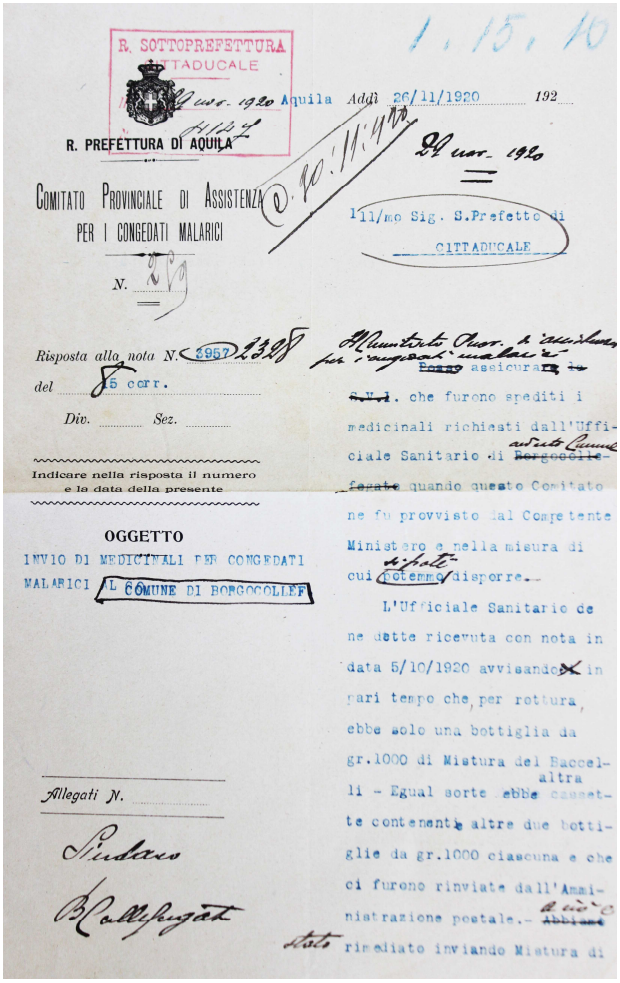
Ill.mo

Sig.

La produzione del vino di questo anno, in confronto della produzione media annuale delle annate decorse, presenta un deficit di Hl. 10000 sopra una superficie vitata di Ettare 600.—

Con osservanza

Il Sindaco



R. SOTTOPREFETTURA CITTADUCALE

R. PREFETTURA DI AQUILA

Aquila Addì 26/11/1920

COMITATO PROVINCIALE DI ASSISTENZA PER I CONGEDATI MALARICI

Ill/mo Sig. S.Prefetto di CITTADUCALE

Risposta alla nota N. 1957 del 15 corr.

Div. Sez.

Indicare nella risposta il numero e la data della presente

OGGETTO

INVIO DI MEDICINALI PER CONGEDATI MALARICI AL COMUNE DI BORGOCOLLEFEGATO

Allegati N.

Sindaco

Il Segretario

Il Municipio Suor. è assicurato che i suddetti medicinali richiesti dall'Ufficiale Sanitario di Borgocollefegato quando questo Comitato ne fu provvisto dal Competente Ministero e nella misura di cui potemmo disporre.

L'Ufficiale Sanitario de ne dette ricevuta con nota in data 5/10/1920 avvisando in pari tempo che, per rottura, ebbe solo una bottiglia da gr.1000 di Mistura dei Baccelli - Egual sorte ebbe altra cassette contenente altre due bottiglie da gr.1000 ciascuna e che ci furono rinviate dall'Amministrazione postale.- stato rimediato inviando Mistura di

Illustrazione 64: Produzione del vino ad Antrodoco, 1907 (AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.VII, busta 114 fasc. 44)

Illustrazione 65: Richiesta alla Sottoprefettura di Cittaducale del Comitato Provinciale di assistenza per i congedati malarici di "Mistura di Baccelli" per il Comune di Borgocollefegato (AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.15, busta 146, fasc.15)

Molto usata in Italia nel trattamento febbrile antimalarico soprattutto dei soldati durante la Prima guerra Mondiale, era la pianta della china (*Cinchona officinalis* L.) dalla cui corteccia veniva estratto l'alcaloide chinino. Anche nel circondario di Rieti era noto questo farmaco ricavato dalla corteccia della china, come si evince da un documento del 1920 rinvenuto nell'Archivio di Stato di Rieti che riporta la richiesta di "mistura di Baccelli", un preparato antimalarico a base di chinino, da parte del Comitato Provinciale di assistenza per i congedati malarici di Borgocollefegato (attuale Borgorose), alla sottoprefettura di Cittaducale.[29] Inoltre, nel medesimo tariffario dei medicinali più venduti precedentemente citato, vengono elencati: "*bisolfato di chinina, china corteccia, decotto di china, estratto di china idroalcolico, salicilato di chinina, sciroppo di china, solfato di chinina*".[30]

29 AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.15, busta146, fasc.15
30 AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.15, busta146, fasc.18

5.5 LE SPECIE ARBOREE ED ARBUSTIVE RICONOSCIUTE COME SPECIE OFFICINALI E MEDICINALI

Al fine di poter effettuare un confronto tra gli usi popolari di alberi ed arbusti cui venivano nella provincia di Rieti attribuite nel passato proprietà medicamentose e terapeutiche, e lo stato attuale delle conoscenze dei prodotti a base di piante officinali medicinali contenenti sostanze che possono essere utilizzate a fini terapeutici oppure piante officinali ad elevato indice terapeutico, sono stati consultati come precedentemente detto, diversi volumi, leggi, normative, siti internet.

E' stata quindi realizzata una tabella con l'elenco di alberi ed arbusti presenti nel circondario reatino, l'indicazione delle specie riconosciute officinali o medicinali secondo diverse fonti e delle specie usate a scopi curativi nella Provincia di Rieti in base a quanto desunto dalle interviste e dai documenti e testi di archivio.

Tabella 10: Elenco delle specie arboree ed arbustive della provincia di Rieti, alcune delle quali riconosciute officinali dalla bibliografia, utilizzate nelle tradizioni popolari tramandate oralmente o riportate sui testi e documenti d'archivio come piante "curative"

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	**Piante curative nella letteratura attuale**	**Piante "curative" nella trad. orale reatina**	**Piante "curative" nei doc. archivistici reatini**
1.	*Abies alba* Mill.			
2.	*Acer campestre* L.			
3.	*Acer monspessulanum* L. subsp. *monspessulanum*			
4.	*Acer obtusatum* Waldst. Et Kit. Ex Willd. subsp *neapolitanum*			
5.	*Acer obtusatum* Waldst. Et Kit. Ex Willd. subsp *obtusatum*			
6.	*Acer platanoides* L.			
7.	*Acer pseudoplatanus* L.			
8.	*Adenocarpus samniticus* Brullo, De Marco et Siracusa			
9.	*Aesculus hippocastanum* L.	X		
10.	*Ailanthus altissima* (Mill.) Swingle			
11.	*Alnus cordata* Loisel.			
12.	*Alnus glutinosa* (L.) Gaertn.			
13.	*Amelanchier ovalis* Medik subsp.ovalis (Wiulld.)			

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Piante curative nella letteratura attuale	Piante "curative" nella trad. orale reatina	Piante "curative" nei doc. archivistici reatini
14.	*Arbutus unedo* L. (corbezzolo)	X	X	
15.	*Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng.	X	X	X
16.	*Asparagus acutifolius* L.	X	X	
17.	*Asparagus officinalis* L.	X	X	
18.	*Betula pendula* Roth.	X		
19.	*Buxus sempervirens* L.	X	X	
20.	*Carpinus betulus* L.			
21.	*Carpinus orientalis* Mill. Subsp. *orientalis*			
22.	*Castanea sativa* Mill.	X		
23.	*Celtis australis* L. subsp *australis*			
24.	*Cercis siliquastrum* L.			
25.	*Chamaecytisus spinescens* (Presl) Rothm.			
26.	*Chamaespartium sagittale* (L.) Gibbs			
27.	*Cistus creticus* L. subsp *eriocephalus* (Viv.) Greuter et Burdet			
28.	*Cistus salvifolius L.*			
29.	*Citrus limon* (L.) Burm-coltivata	X	X	
30.	*Citrus sinensis* (L.) Osbeck-coltivata	X	X	
31.	*Clematis vitalba* L.			
32.	*Colutea arborescens* L.			
33.	*Cornus mas* L.		X	
34.	*Cornus sanguinea* L. subsp *hungarica*			
35.	*Coronilla emerus* L. *subsp. emeroides* (Boiss. Et Spruner) Hayek			
36.	*Coronilla minima* L.			

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Piante curative nella letteratura attuale	Piante "curative" nella trad. orale reatina	Piante "curative" nei doc. archivistici reatini
37.	*Coronilla scorpioides* (L.) W.D.J. Koch			
38.	*Coronilla vaginalis* Lam.			
39.	*Coronilla valentina* L.			
40.	*Corylus avellana* L.	X		
41.	*Cotinus coggygria* Scop.			
42.	*Cotoneaster integerrimus* Medicus.			
43.	*Cotoneaster tomentosus* Lindley			
44.	*Crataegus laevigata* (Poir.)			
45.	*Crataegus monogyna* Jacq. subsp, *monogyna*	X.	X	
46.	*Cupressus sempervirens* L.	X		
47.	*Cydonia oblonga* Mill.	X	X	
48.	*Cytisophyllum sessilifolium* (L.) O. Lang			
49.	*Cytisus decumbens* (Durande) Spach (Genista d. Willd.)			
50.	*Cytisus hirsutus* L.			
51.	*Cytisus scoparius* (L.) Link subsp scoparius	X		
52.	*Daphne alpina* L.			
53.	*Daphne laureola* L.	X		
54.	*Daphne mezereum* L.	X		
55.	*Daphne oleoides* Schreb.	X		
56.	*Erica arborea* L.			
57.	*Erica scoparia* L. subsp.*scoparia*			
58.	*Euonymus europaeus* L.	X		
59.	*Euonymus latifolius* (L.) Mill.			

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Piante curative nella letteratura attuale	Piante "curative" nella trad. orale reatina	Piante "curative" nei doc. archivistici reatini
60.	*Euonymus verrucosus* Scop.			
61.	*Fagus sylvatica* L. subsp.*sylvatica*			
62.	*Ficus carica* L.	X	X	X
63.	*Frangula alnus* Mill subsp.*alnus*	X		
64.	*Fraxinus excelsior* L. subsp *excelsior*	X		
65.	*Fraxinus ornus* L.	X	X	
66.	*Fraxinus oxycarpa* Bieb			
67.	*Genista januensis* Viv.			
68.	*Genista radiata* (L.) Scop.			
69.	*Genista tinctoria* L.			
70.	*Hedera helix* L. subsp.*helix*	X	X	
71.	*Ilex aquifolium* L.	X		
72.	*Juglans regia* L.	X	X	
73.	*Juniperus communis* L. subsp. *communis*	X	X	X
74.	*Juniperus oxycedrus* L. subsp.*oxycedrus*	X		
75.	*Juniperus sabina* L.	X		
76.	*Laburnum anagyroides* Medik. ssp. *anagyroides*			
77.	*Laurus nobilis* L.	X	X	X
78.	*Lavandula angustifolia* Mill. *coltivata*	X	X	
79.	*Lavandula latifolia* Medik.	X	X	
80.	*Ligustrum vulgare* L.			
81.	*Lonicera alpigena* L. subsp. *alpigena*			
82.	*Lonicera caprifolium* L.			
83.	*Lonicera etrusca* Santi			

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Piante curative nella letteratura attuale	Piante "curative" nella trad. orale reatina	Piante "curative" nei doc. archivistici reatini
84.	*Lonicera japonica* Thunb.			
85.	*Lonicera xylosteum* L. var. *nigra* Loisel			
86.	*Loranthus europaeus* Jacq.			
87.	*Malus domestica* (Borkh.)	X	X	
88.	*Malus sylvestris* (L.) Mill.			
89.	*Mespilus germanica* L.			
90.	*Morus alba* L.			
91.	*Myricaria germanica* (L.) Desv.			
92.	*Myrtus communis* L.	X		
93.	*Nerium oleander* L.	X	X	
94.	*Olea europaea* L. subsp. *europaea*	X	X	X
95.	*Ostrya carpinifolia* Scop.			
96.	*Paliurus spina-christi* Mill.			
97.	*Phillyrea angustifolia* L.			
98.	*Phillyrea latifolia* L.			
99.	*Pinus halepensis* Mill.			
100.	*Pinus nigra* J.F. Arnold subsp *nigra*			
101.	*Pistacia lentiscus* L.			
102.	*Pistacia terebinthus* L. subsp. *terebinthus*			
103.	*Populus alba* L.			
104.	*Populus nigra* L.	X		
105.	*Populus tremula* L.			
106.	*Prunus avium* L. subsp *avium*	X	X	

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Piante curative nella letteratura attuale	Piante "curative" nella trad. orale reatina	Piante "curative" nei doc. archivistici reatini
107.	*Prunus cerasifera* Ehrh.			
108.	*Prunus domestica* L. subsp. *domestica*	X		
109.	*Prunus mahaleb* L.			
110.	*Prunus spinosa* L. subsp. *spinosa*	X	X	
111.	*Pyracantha coccinea* M. Roem.			
112.	*Pyrus communis* L.		X	
113.	*Pyrus pyraster* Burgsd.			
114.	*Pyrus spinosa* Forssk.			
115.	*Punica granatum* L.	X	X	X
116.	*Quercus cerris* L.			
117.	*Quercus dalechampii* Ten.			
118.	*Quercus ilex* L.			
119.	*Quercus petraea* (Matt.) Lieb subsp. *petraea*			
120.	*Quercus pubescens* Willd. subsp. *pubescens*			
121.	*Quercus robur* L. subsp. *robur*	X		
122.	*Rhamnus alaternus* L. subsp *alaternus*			
123.	*Rhamnus alpina* L. subsp *alpina*			
124.	*Rhamnus cathartica* L.			
125.	*Rhamnus pumila* Turra			
126.	*Rhamnus saxatilis* Jacq. subsp *infectoria*			
127.	*Rhus coriaria* L.			
128.	*Ribes alpinum* L.			
129.	*Ribes multiflorum* Kit.			

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Piante curative nella letteratura attuale	Piante "curative" nella trad. orale reatina	Piante "curative" nei doc. archivistici reatini
130.	*Ribes rubrum* L.			
131.	*Ribes uva-crispa* L.			
132.	*Robinia pseudacacia* L.	X	X	
133.	*Rosa* sp. pl.		X	
134.	*Rosa agrestis* Savi			
135.	*Rosa arvensis* Huds.			
136.	*Rosa canina* L.	X	X	
137.	*Rosa canina* L. var. *andegavensis* (Bast.) Desportes			
138.	*Rosa canina* L. var. *corymbifera* (Borkh.) Rouy			
139.	*Rosa canina* L. var. *squarrosa*			
140.	*Rosa dumalis* Bechst.			
141.	*Rosa gallica* L.	X		
142.	*Rosa montana* Chaix			
143.	*Rosa nitidula* Besser			
144.	*Rosa pendulina* L.			
145.	*Rosa sempervirens* L.			
146.	*Rosa spinosissima* L.			
147.	*Rosa tomentosa* Sm.			
148.	*Rosa villosa* L.			
149.	*Rosmarinus officinalis* L.	X	X	
150.	*Rubus caesius* L.			
151.	*Rubus canescens* DC.			
152.	*Rubus hirtus* Waldst. Et Kit.			

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Piante curative nella letteratura attuale	Piante "curative" nella trad. orale reatina	Piante "curative" nei doc. archivistici reatini
153.	*Rubus idaeus* L.	X		
154.	*Rubus ulmifolius* Schott.	X	X	
155.	*Ruscus aculeatus* L.		X	
156.	*Salix alba* L. subsp. *alba*	X		
157.	*Salix amplexicaulis* Bory			
158.	*Salix apennina* A.K. Skortsov			
159.	*Salix caprea* L.			
160.	*Salix cinerea* L.			
161.	*Salix eleagnos* Scop subsp *eleagnos*			
162.	*Salix foetida* Schleicher			
163.	*Salix pentandra* L.			
164.	*Salix purpurea* L. subsp *lambertiana* (Sm.)			
165.	*Salix purpurea* L. subsp *purpurea* (Sm.)			
166.	*Salix retusa* L.			
167.	*Salix triandra* L.			
168.	*Salvia glutinosa* L.			
169.	*Salvia officinalis* L. - coltivata	X	X	X
170.	*Salvia pratensis L.* subsp. *Haemato-del (L.) Briq.*			
171.	*Sambucus ebulus* L.			
172.	*Sambucus nigra* L.	X	X	X
173.	*Sorbus aria* (L.)			
174.	*Sorbus aucuparia* L. subsp. *aucuparia*	X	X	
175.	*Sorbus chamaemespilus* (L.) Crantz			

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Piante curative nella letteratura attuale	Piante "curative" nella trad. orale reatina	Piante "curative" nei doc. archivistici reatini
176.	*Sorbus domestica* L.			
177.	*Sorbus torminalis* (L.) Crantz			
178.	*Spartium junceum* L.			
179.	*Tamarix africana* Poir.			
180.	*Tamarix gallica* L.			
181.	*Taxus baccata* L.			
182.	*Thymus serpyllum* s.l.	X	X	
183.	*Tilia cordata* Mill.	X	X	
184.	*Tilia platyphyllos* Scop. subsp. *platyphyllos*	X	X	
185.	*Ulmus glabra* Huds.			
186.	*Ulmus minor* Mill. subsp. *minor*		X	X
187.	*Vaccinium myrtillus* L.	X.		
188.	*Viburnum lantana* L.			
189.	*Viburnum opulus* L.			
190.	*Viburnum tinus* L. subsp. *tinus*			
191.	*Vitis vinifera* L.	X	X	X

5.6 COMPARAZIONE TRA USI MEDICAMENTOSI RIPORTATI DALLA LETTERATURA E GLI USI POPOLARI

Per poter svolgere un confronto tra gli usi medicamentosi popolari di alberi, arbusti e suffruticose nella provincia di Rieti e lo stato attuale delle conoscenze delle proprietà curative di piante officinali medicinali, è stata effettuata una accurata ricerca bibliografica. Relativamente ad alcune piante, sono stati riscontrati degli usi popolari diversi da quelli indicati in letteratura. E' stata svolta successivamente una indagine su diversi siti internet di erboristeria, di fitoterapia, di cure alternative per evidenziare le conoscenze, anche ad un livello non prettamente universitario,

relative agli usi popolari reatini di piante, sconosciuti alla letteratura.

Tabella 11: Elenco delle specie arboree ed arbustive della provincia di Rieti riconosciute “curative” e i loro usi secondo la letteratura, la tradizione orale reatina e i documenti e testi di archivio

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	**Usi secondo la letteratura**	**Usi reatini secondo la tradizione orale**	**Usi secondo documeti e testi di archivio**
1.	*Aesculus hippocastanum* L.	Astringente, tosse, affezioni tendinee, varici, venotonico, antinfiammatorio, reumatismi, emorroidi, flebite, cellulite	Reumatismi, dolori articolari	
2.	*Arbutus unedo* L.	Astringente, diuretico, prostatiti e cistiti, depigmentante	Diuretico	
3.	*Artostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng.	Diuretico, disinfettante delle vie urinarie, prostatite, cistite, gotta	Disinfettante vie urinarie	Disinfettante vie urinarie
4.	*Asparagus acutifolius* L.	Cistiti e infiammazioni delle vie urinarie	Diuretico o disintossicante	
5.	*Asparagus officinalis* L.	Diuretico, digestivo	Digestivo	
6.	*Buxus sempervirens* L.	Purgativo, sudorifero, antifebbrile	Antifebbrile	
7.	*Citrus limon* (L.) Burm	Digestivo, dissetante, antisettico	Digestivo	
8.	*Citrus sinensis* (L.) Osbeck	Antispasmodico, aperitivo, aromatico, digestivo, sedativo	Malattie da raffreddamento	
9.	*Cornus mas* L.		Disinfettante, cicatrizzante	
10.	*Crataegus monogyna* Jacq. subsp. *monogyna*	Calmante, antispasmodico, insonnia, aritmia cardiaca, ipertensione arteriosa, spasmi dell'apparato digerente	Coadiuvante diete dimagranti come sedativo, nella cura delle vertigini	
11.	*Cydonia oblonga* Mill.	Regolatore funzioni intestinali	Regolatore intestino	
12.	*Ficus carica* L.	Lassativo	Regolatore intestino	
13.	*Fraxinus ornus* L.	Lassativo, emolliente, bechico	Cicatrizzante	
14.	*Hedera helix* L. subsp. *helix*	Catarri cronici, vie respiratorie, gotta, reumatismi, nevralgie, cellulite, sedativo, analgesico	Antinevralgico, callifugo, contro acne	
15.	*Junglans regia* L.	Astringente, antiscrofoloso, antidiabetico, angine, tracheobronchiti, otiti, eczema, acne, antinfiammatorio, pancreas	Cicatrizzante, cura dell'acne	
16.	*Juniperus communis* L. subsp. *communis*	Diuretico, disinfettante urinario, stomachi-co, bronchiti, malattie da raffreddamento, vulnerario, lenitivo, antireumatico	Emmenagogo, calcoli renali	
17.	*Laurus nobilis* L.	Olio per la preparazione di pomate	Contro le punture di insetti, dolori addominali, gastrite, reumatismi, contusioni, slogatu-re, aerofagia, calvizie	Asma, nevralgie, lombaggine e dolori articolari
18.	*Lavandula latifolia* Medik.	Antisettico, vulnerario, antispasmodico, calmante per la tosse	Antitussivo, stomachico, per rinfrescare l'alito	

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Usi secondo la letteratura	Usi reatini secondo la tradizione orale	Usi secondo documeti e testi di archivio
19.	*Malus domestica* (Borkh.)	Regolatore intestinale, malattie da raffreddamento	Problemi intestinali, malattie da raffreddamento, infiammazioni cutanee, malattie respiratorie	
20.	*Nerium oleander* L.	starnutatorio	Starnutatorio	
21.	*Olea europaea* L. subsp. *europaea*	Amaro, febbrifugo, ipotensore, antispasmodico, ipoglicemizzante, nevralgia del trigemino, diuretico, antisettico, vasodilatatore, antiossidante, pressione arteriosa, broncodilatatore, antipiretico, diuretico	Irritazioni da punture di insetti, per sciogliere i tappi di cerume, nelle bronchiti.	mialgie, avvelenamenti, malattie del fegato e della pelle, come eccipiente e solvente di medicinali
22.	*Prunus avium* L.	Diuretico, lassativo, gotta	Gotta, lassativo, diuretico	
23.	*Prunus spinosa* L.	influenza	Malattie da raffreddamento	
24.	*Punica granatum* L.	Infezioni gastrointestinali, astringente, circolazione	Astringente	astringente
25.	*Pyrus communis* L.		Fettine come cicatrizzante	
26.	*Robinia pseudacacia* L.	Purgante, colagogo	Dolori addominali	
27.	*Rosa canina* L.	malattie renali, della vescica, del diabete, lassativo, diuretico, malattie della pelle, cefalea	Dolori gastrici, coliche renali	
28.	*Rosa* sp. pl.		Cicatrizzante	
29.	*Rosmarinus officinalis* L.	disturbi dispeptici, contro i reumatismi muscolari o articolari.	Digestivo, contro i reumatismi, calvizie, asma e malattie da raffreddamento	
30.	*Rubus ulmifolius* Schott	Malattie della gola	Disinfettante cicatrizzante, ascessi dentari, contro l'acne , contro il mal di gola.	
31.	*Ruscus aculeatus* L.	Microcircolazione	Digestivo	
32.	*Salvia officinalis* L. (coltivata)	Aromatico, antidrotico, emmenagogo, antidiabetico, antiossidante	Scopo digestivo, gastrite, acidità di stomaco, disturbi intestinali, mal di gola, sbiancante denti	Essenza curativa delle diarree e della circolazione sanguigna
33.	*Sambucus nigra* L.	Diuretico, diaforetico, emetico, purgativo, malattie da raffreddamento	Cura ascessi, contro acne, per scottature e infiammazioni cutanee, dolori artritici, tosse, contusioni, pediluvi.	Disturbi intestinali, paralisi degli arti. Contro acne, scottature e infiammazioni
34.	*Sorbus aucuparia* L.	Antidiarroico, astringente, antinfiammatorio	Frutti come lassativo mentre i frutti cotti come astringenti	
35.	*Thymus serpyllum s.l.*	Antisettico, diuretico, meteorismo, microcircolazione	Digestivo, gonfiori addominali	

	Alberi e arbusti della provincia di Rieti	Usi secondo la letteratura	Usi reatini secondo la tradizione orale	Usisecondo documeti e testi di archivio
36.	*Tilia cordata* Mill.	Diaforetico, emolliente, antispasmodico, vie biliari, dispepsia	Tosse, bronchiti	
37.	*Tilia platyphyllos* Scop. subsp. *platyphyllos*	Diaforetico, emolliente, antispasmodico	Tosse, bronchiti	
38.	*Ulmus minor* Mill. subsp. *minor*		Disinfettante, emostatico	Infiammmazioni cutanee, emostatico, cicatrizzante
39.	*Vitis vinifera* L.	Astringente, diuretico, disturbi della menopausa, cellulite	Problemi intestinali, tosse, raffreddore, coliche epatiche e renali	Anticatarrale, lassativo, diuretico, coliche epatiche e renali, contro i reumatismi

E' possibile osservare come molti usi presenti nella provincia di Rieti, sebbene non supportati ancora da studi scientifici specifici e non presenti nella letteratura, siano comunque diffusi in molti luoghi del territorio nazionale oppure facciano parte del bagaglio di conoscenze di erboristi o di fitoterapisti, come si evince da ricerche su internet e su vari testi. Tale indagine evidenzia in ogni caso una totale novità rispetto a quanto si trova in letteratura o su siti internet relativamente alle seguenti 17 specie e ai loro usi della tradizione popolare reatina:

Tabella 12: Usi popolari sconosciuti alla letteratura e al web di specie presenti nel territorio reatino

	SPECIE	USI SCONOSCIUTI
1.	*Cornus mas* L.	Disinfettante, cicatrizzante
2.	*Crataegus monogyna* Jacq. subsp. *monogyna*	Coadiuvante diete dimagranti
3.	*Fraxinus ornus* L.	Cicatrizzante
4.	*Hedera helix* L.	Callifugo, contro l'acne
5.	*Junglans regia* L.	Cicatrizzante
6.	*Juniperus communis* L. subsp. *communis*	Emmenagogo
7.	*Laurus nobilis* L.	Punture di insetti, dolori addominali, gastrite, aerofagia, reumatismi, contusioni, slogature, calvizie.
8.	*Olea europaea* L.	Irritazione da punture di insetti
9.	*Pyrus communis* L.	Cicatrizzante
10.	*Rosa* sp. pl.	Cicatrizzante
11.	*Rosmarinus officinalis* L.	Calvizie, malattie da raffreddamento

	SPECIE	USI SCONOSCIUTI
12.	*Rubus fruticosus* s.l	Acne, cicatrizzante, disinfettante
13.	*Ruscus aculeatus* L.	Digestivo
14.	*Salvia officinalis* L. (coltivata)	Digestivo, gastrite, disturbi intestinali, disinfettante vie respiratorie, sbiancante denti
15.	*Sambucus nigra* L.	Ascessi dentari, acne, scottature e infiammazioni cutanee, dolori artritici, disturbi intestinali
16.	*Ulmus minor* Mill subsp. *minor*	Infiammmazioni cutanee, emostatico, cicatrizzante
17.	*Vitis vinifera* L.	Malattie da raffreddamento, reumatismi (vinacce)

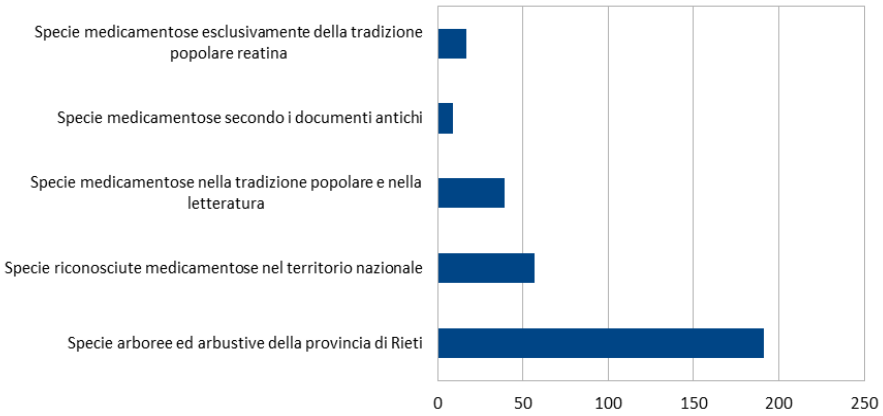
5.7. CONCLUSIONI SULL'APPROFONDIMENTO

Le interviste sul campo, le analisi dei testi, volumi e documenti antichi riguardanti le piante officinali medicinali hanno mostrato come su circa 191 specie arboree, arbustive e suffruticose presenti nella provincia di Rieti, solo 57 vengano citate nella letteratura, nella normativa italiana e su noti siti di fitoterapia per le loro proprietà medicamentose. Un numero di 39 specie arboree ed arbustive venivano usate nella tradizione popolare reatina e tra queste per 9 è stato trovato anche un riscontro documentale, mentre sono state individuate 17 specie non conosciute nella letteratura ufficiale ed invece usate nel reatino come piante medicinali.

I confronti eseguiti hanno pertanto evidenziato come nel territorio reatino, alcuni usi medicamentosi di alberi e arbusti rappresentino delle novità assolute rispetto a quanto si trova su testi e volumi e su siti di erboristeria, fitoterapia o anche di cultura locale di varie zone del territorio nazionale. In particolare non risulta conosciuto l'uso disinfettante di *Cornus mas* L. cosi come l'impiego cicatrizzante di *Juglans regia* L., di *Fraxinus ornus* L., di *Pyrus communis* L., di *Rosa* sp.pl., di *Robus fruticosus s.l.,* di *Ulmus minor* Mill. subsp. *minor*. Non è noto alla letteratura l'uso coadivante nelle diete dimagranti del *Crataegus monogyna* Jacq. subsp. *monogyna,* l'uso callifugo di *Hedera helix* L, l'impiego contro l'acne di *Hedera helix* L., di *Robus fruticosus* s.l., di *Sambucus nigra* L., l'uso emmenagogo di *Juniperus communis* L., contro le punture di insetti di *Laurus nobilis* L., *Olea europaea* L., contro infiammazioni cutanee di *Ulmus minor* Mill., di *Sambucus nigra* L., contro le malattie da raffreddamento di *Vitis vinifera* L., *Rosmarinus officinalis* L., *Salvia officinalis* L., contro i dolori e problemi intestinali di *Laurus nobilis* L., di *Salvia officinalis* L., di *Sambucus nigra* L., come antireumatico di *Laurus nobilis* L., di *Sambucus*

nigra L., di *Vitis vinifera* L., contro contusioni e slogature di *Laurus nobilis* L., contro la calvizie di *Laurus nobilis* L., *Rosmarinus officinalis* L., contro gli ascessi dentari di *Sambucus nigra* L.

Grafico1: Analisi dei dati ottenuti



Lavori specifici ed approfonditi inerenti l'utilizzo curativo delle piante arboree ed arbustive nella tradizione popolare della Provincia di Rieti sono a tutt'oggi assenti. Nell'elaborazione di questo approfondimento pertanto, al fine di recuperare, sia pure parzialmente, tali conoscenze è stato necessario attingere alla letteratura e svolgere indagini sul campo. Un confronto di tali informazioni con la letteratura esistente sull'argomento, ha permesso di estrapolare dati curiosi sconosciuti alla letteratura che sarebbe interessante approfondire con studi mirati.

CAPITOLO 6
POTENZIALITÀ DI COLTIVAZIONE DELLE VARIE SPECIE NEL REATINO

6.1. POSSIBILE RACCOLTA E POTENZIALITA' DI COLTIVAZIONE DI ARBUSTI DA FRUTTO

Come si evince dall'approfondimento appena trattato, sono molti gli alberi o gli arbusti diffusi nella Provincia di Rieti in grado di produrre piccoli frutti. Talvolta la presenza di queste piante è cosi diffusa da poter far riflettere su una possibile attività per le popolazioni degli ambienti rurali, di non trascurabile potenzialità economica. L'indagine condotta sul territorio reatino ha portato all'individuazione delle seguenti specie produttrici di frutti interessanti per la loro raccolta organizzata e il loro consumo allo stato fresco o previa trasformazione (marmellate, sciroppi, liquori, impieghi erboristici):

Tabella 13: Arbusti da frutto presenti nella Provincia di Rieti

Nome
Arbutus unedo L. (corbezzolo)
Arctostaphylos uva-ursi (L) Spreng. (uva ursina)
Cornus mas L. (corniolo)
Corylus avellana L. (nocciolo)
Crataegus monogyna Jacq. (biancospino comune)
Cydonia oblonga Miller (cotogno)
Ficus carica L. (fico)
Juglans regia L. (noce comune)
Juniperus communis L. (ginepro comune)
Laurus nobilis L. (alloro)
Malus sylvestris (L.) Mill. (melo selvatico)
Mespilus germanica L. (nespolo comune)
Morus alba L. (gelso bianco)
Myrtus communis L. (mirto)
Pinus pinea L. (pino domestico)
Prunus avium L. subsp. *avium* (ciliegio)
Prunus cerasifera Ehrh. (amolo)
Prunus mahaleb L. (ciliegio canino)
Prunus spinosa L. subsp. *spinosa* (pruno selvatico)
Pyrus communis L. (pero comune)

Nome
Pyrus pyraster Burgsd. (pero selvatico)
Pyrus spinosa Forssk. (pero mandorlino)
Punica granatum L. (melograno)
Ribes alpinum L. (ribes alpino)
Ribes rubrum L. (ribes rosso)
Ribes uva-crispa L. (uva spina)
Rosa canina L. (rosa canina)
Rubus caesius L. (rovo bluastro)
Rubus canescens DC. (rovo canuto)
Rubus idaeus L. (lampone)
Rubus ulmifolius Schott. (rovo commune)
Sambucus nigra L. (sambuco comune)
Sorbus aria (L.) (sorbo montano)
Sorbus aucuparia L. (sorbo degli uccellatori)
Sorbus chamaemespilus (L.) (sorbo alpino)
Sorbus domestica L. (sorbo domestico)
Sorbus torminalis (L.) Crantz (ciavardello)
Vaccinium myrtillus L. (mirtillo)

Riguardo invece la possibilità di coltivare alberi o i cosidetti “arbusti da frutto” nell’ambito della Provincia di Rieti si possono citare le specie sottoelencate per le quali si ritiene possibile e conveniente la coltivazione:

Tabella 14: Piccoli arbusti da frutto potenzialmente coltivabili nella Provincia di Rieti

Nome
Arctostaphylos uva-ursi (L) Spreng. (uva ursina)
Corylus avellana L. (nocciolo)
Crataegus monogyna Jacq. (biancospino comune)
Juglans regia L. (noce comune)
Juniperus communis L. (ginepro comune)
Laurus nobilis L. (alloro)
Myrtus communis L. (mirto)
Prunus cerasifera Ehrh. (amolo)
Prunus spinosa L. subsp. *spinosa* (pruno selvatico)

Nome
Punica granatum L. (melograno)
Ribes alpinum L. (ribes alpino)
Rosa canina L. (rosa canina)
Rubus idaeus L. (lampone)
Sambucus nigra L. (sambuco comune)
Sorbus aucuparia L. (sorbo degli uccellatori)
Vaccinium myrtillus L. (mirtillo)

Molte delle specie sopra citate si ritrovano anche negli elenchi delle specie officinali coltivate o coltivabili in Italia in base al loro utilizzo nazionale di uno studio dell'Osservatorio economico del settore delle piante officinali dell'ISMEA del 2013 come *Corylus avellana* L. (nocciolo), *Crataegus monogyna* Jacq. (biancospino comune), *Juglans regia* L. (noce comune), *Juniperus communis* L. (ginepro comune), *Laurus nobilis* L. (alloro), *Myrtus communis* L. (mirto), *Prunus cerasifera* Ehrh. (amolo), *Punica granatum* L. (melograno), *Ribes alpinum* L. (ribes alpino), *Rosa canina* L. (rosa canina), *Rubus idaeus* L. (lampone), *Sambucus nigra* L. (sambuco comune), mentre altre specie sopra elencate sono presenti nell'appendice 6 di tale studio dove sono indicate le specie officinali utilizzate ma non coltivate in Italia come *Arctostaphylos uva-ursi* (L) Spreng. (uva ursina), *Prunus spinosa* L. subsp. *spinosa* (pruno selvatico), *Sorbus aucuparia* L. (sorbo degli uccellatori).

6.2. POSSIBILITA' DI SVILUPPO DEL COMMERCIO DI SPECIE OFFICINALI

Oltre alle specie arboree ed arbustive spontanee che potrebbero anche essere coltivate per scopi alimentari ed erboristici, il territorio reatino è straordinariamente ricco di piante erbacee ed arboree officinali estramente interessanti non solo dal punto di vista scientifico ma anche economico considerando che il mercato delle piante officinali è da tempo molto attivo e che in Italia vengono importati ed esportati enormi quantitativi di piante officinali.

Come si evidenzia dal Piano di Settore delle Piante Officinali 2014-2016 del Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e forestali, gli scambi con l'estero delle piante officinali e dei prodotti derivati (finiti o semilavorati), sottolineano un saldo passivo della bilancia commerciale che nel 2011 ammontava a circa 600 milioni di euro. Nel periodo 2000-2011, si è registrata un'evoluzione dapprima crescente del passivo di bilancio, fino al 2005, seguita da una fase lievemente decrescente che pare essersi esaurita nel 2010. Tale dinamica è imputabile essenzialmente all'andamento della spesa per le importazioni, mentre gli introiti relativi alle esportazioni hanno avuto un trend crescente piuttosto continuo. Nel 2011, le importazioni italiane

di tutte le voci comprensive di piante officinali e loro derivati ammontavano a circa 161mila tonnellate con un esborso di 999 milioni di euro. Rispetto al totale delle importazioni di prodotti agricoli e alimentari, il settore rappresenta circa il 2,5%. Di contro, nello stesso anno, le esportazioni italiane ammontavano a circa 82mila tonnellate con introiti per 413 milioni di euro. Rispetto al totale delle esportazioni di prodotti agricoli e alimentari, il settore rappresenta circa l'1,4%.

Tra i prodotti più importati troviamo:

- le sostanze odorifere utilizzate come materie prime nelle industrie alimentari e delle bevande;
- le sostanze odorifere per l'industria non alimentare;
- i succhi ed estratti vegetali (esclusi quelli di liquirizia, luppolo, oleoresina di vaniglia ed oppio);
- le piante, o parti di piante, semi e frutti, delle specie utilizzate principalmente in profumeria, in campo alimentare, salutistico e farmaceutico e nella preparazione di insetticidi, antiparassitari e simili, freschi o secchi, anche tagliati, frantumati o polverizzati (escluse radici di ginseng, foglie di coca, paglia di papavero e fave tonka)
- olii essenziali, resinoidi e oleoresine
- spezie e piante aromatiche. Tra le principali spezie e piante aromatiche importate, si può stimare che circa 19 milioni di spesa riguardano prodotti coltivabili anche in Italia, come zafferano, frutti di finocchio, galbuli di ginepro, frutti di anice e sommità fiorite di timo.

Tra i prodotti maggiormente esportati troviamo:

- succhi ed estratti vegetali (esclusi quelli di liquirizia, luppolo, oleoresina di vaniglia ed oppio);
- sostanze odorifere utilizzate come materie prime nelle industrie alimentari e delle bevande;
- coloranti vegetali;
- sostanze odorifere per l'industria non alimentare;
- oli essenziali di limone;
- oli essenziali di altri agrumi, che sono rappresentati per lo più dagli oli essenziali di bergamotto ed in misura minore da quelli di mandarino e clementine;
- spezie ed aromatiche. In questo aggregato, spiccano le esportazioni di noci moscate, semi di coriandolo, foglie di alloro, timo ed altre spezie;
- piante aromatiche coltivate in vaso certificate per uso alimentare. Le specie maggiormente rappresentate sono: rosmarino, timo, basilico, alloro, salvia; mucillagini e gli ispessenti di carrube o di semi di carrube;
- piante officinali utilizzate principalmente in profumeria, medicina o per insetticidi ed antiparassitari;

- estratti per concia di origine vegetale ed i tannini, tra cui spicca la voce estratti di sommacco, di vallonee, di quercia o di castagno;

Partendo da tali dati di fatto, il gruppo di lavoro del Ministero delle Politiche agricole e forestali ha effettuato una indagine conoscitiva sul territorio, con lo scopo di conoscere le piante officinali più comunemente utilizzate in Italia. È stato redatto un elenco che comprende poco meno di 300 specie di principale interesse per il mercato nazionale, molte di provenienza estera. Per quanto riguarda la discriminazione tra le specie coltivate e quelle spontanee, delle 296 specie censite, 160 sono coltivate (54%), 73 sono spontanee (25%) e le restanti 63 specie sono sia coltivate che raccolte in natura. Tra le 296 specie censite, ben 142, corrispondenti al 48% del totale, sono coltivate o coltivabili in Italia. Nella Tabella n.1 sono riportate a titolo esemplificativo le prime 20 specie coltivate o coltivabili in Italia.

Tabella 15 : Elenco delle prime venti specie coltivate in Italia ordinate per utilizzo annuo (kg)

Nome comune	**Parte commerciale**	**Utilizzo**
Mirtillo nero	frutto	3.614.400
Vite rossa	seme	2.439.600
Ginkgo	foglia	2.160.000
Cardo mariano	frutto	1.920.000
Finocchio	frutto	480.000
Passiflora incarnata	parte aerea	432.000
Camomilla	fiore	426.000
Cipolla	bulbo	360.000
Origano	foglie	360.000
Rosmarino	foglia	351.600
Liquirizia	radice	348.000
Assenzio romano	Parte aerea con fiori	300.000
Aglio	bulbo	240.000
Coriandolo	seme	240.000

Nome comune	Parte commerciale	Utilizzo
Valeriana	radice	240.000
Anice	frutto	216.000
Meliloto	Parte aerea con fiori	205.200
Carciofo	foglia	192.000
Rabarbaro	radice	184.800
Aloe	succo	180.000

Tabella16: elenco delle prime venti specie coltivabili in Italia ordinate per intero giro d'affari

Nome comune	Parte commerciale	Valore (in euro)
Mirtillo nero	frutto	15.035.904
Zafferano	stigmi	9.828.000
Vite rossa	seme	6.830.880
Ginkgo	foglia	6.458.400
Cardo mariano	frutto	3.494.400
Passiflora incarnata	parte aerea	2.950.560
Genziana	radice	2.106.000
Camomilla	fiore	1.938.300
Valeriana	radice	1.716.000
Cartamo	fiore	1.638.000
Rabarbaro	radice	1.321.320
Origano	foglie	1.170.000
Aloe	succo	1.146.600
Cipolla	bulbo	1.123.200
Finocchio	frutto	936.000

Nome comune	Parte commerciale	Valore (in euro)
Liquirizia	radice	814.320
Anice	frutto	786.240
Aglio	bulbo	748.800
Echinacea angustifolia	radice	784.800
Assenzio romano	Parte aerea con fiori	585.000

Dalla tabella si nota che tra queste 20 piante, indicate a scopo rappresentativo, sono presenti molte piante che crescono addirittura spontaneamente nel territorio reatino mostrando come il suolo sia naturalmente vocato alla crescita e alla potenziale coltivazione di tali piante.

L'esame dell'appendice 5 dell'Osservatorio economico del settore delle piante officinali dell'ISMEA del 2013, ha permesso di estrapolare dall'elenco completo delle piante censite coltivate o coltivabili in Italia in base all'utilizzo e al giro d'affari una serie di piante officinali che già sono presenti spontamente nel nostro territorio e che potrebbero essere potenzialmente coltivate. Tra queste:

Tabella 17: Piante potenzialmente coltivabili sul territorio reatino in considerazione di uno studio di settore ISMEA sulle piante officinali coltivate o coltivabili in Italia in base all'utilizzo e al giro di affari

Nome	Nome
Achillea millefolium L. (achillea millefoglie)	*Isatis tinctoria* L. (guado)
Allium cepa L.(cipolla)	*Juglans regia* L. (noce)
Allium sativum L. (aglio)	*Juniperus communis* L. (ginepro)
Althea officinalis L. (altea)	*Laurus nobilis* L. (alloro)
Anethum graveolens L. (aneto)	*Lavandula vera* DC (lavanda vera)
Apium graveolens L. (sedano)	*Linum usitatissimum* L. (lino)
Arctium lappa L. (bardana)	*Malva sylvestris* L. (malva)
Artemisia absinthum L. (assenzio romano)	*Mathricaria chamomilla* L. (camomilla)
Artemisia vulgaris L. (artemisia comune)	*Medicago sativa* L. (erba medica)

Nome	**Nome**
Asparagus officinalis L. (asparago)	*Melissa officinalis* L. (melissa)
Avena sativa L. (avena)	*Mentha x piperita* L. (menta piperita)
Borago officinalis L (borragine)	*Myrtus communis* L. (mirto)
Calendula officinalis L. (calendula)	*Ocimum basilicum* L. (basilico)
Castanea sativa Mill. (castagno)	*Olea europaea* L. (olivo)
Centaurium erythraea Rafn (centaurea minore)	*Parietaria officinalis* L. (parietaria)
Cichorium intybus L (cicoria)	*Passiflora incarnata* L. (passiflora incarnata)
Corylus avellana L. (nocciolo)	*Pimpinella anisum* L. (anice)
Crataegus sppp. (biancospino)	*Rosa canina* L. (rosa canina)
Crocus sativus L. (zafferano)	*Rosmarinus officinalis* L. (rosmarino)
Cucurbita spp. (zucca)	*Rubus fruticosus* L. (rovo)
Cupressus sempervirens L. (cipresso)	*Rubus idaeus* L. (lampone)
Echinacea angustifolia DC. (e.angustifolia)	*Sambucus nigra* L. (sambuco)
Foeniculum vulgare Mill. (finocchio)	*Tanacetum parthenium* (L.) Sch.Bip. (piretro)
Gentiana lutea L. (genziana)	*Taraxacum officinale* Webb (tarassaco)
Hordeum spp. (orzo)	*Urtica dioica* L. (ortica)
Humulus lupulus L. (luppolo)	*Vitis vinifera* L. (vite rossa)
Hyssopus officinalis L. (issopo)	*Zea mays* L. (mais)

Dall'appendice 6 dello stesso lavoro, dove sono elencate specie officinali utilizzate in Italia ma non coltivate, sono state estrapolate le piante che spontaneamente crescono nel nostro territorio per cui potrebbe essere considerata la possibilità della loro coltivazione, vista la predisposizione naturale del terreno e delle condizioni climatiche. Tra queste:

Tabella 18: Piante potenzialmente coltivabili sul territorio reatino in considerazione di uno studio di settore ISMEA sulle piante officinali utilizzate ma non coltivate in Italia:

Nome	**Nome**
Aesculus hippocastanum L. (ippocastano)	*Rhamnus alpina* L. (falsa frangola)
Agropyron repens (L.) P. Beauv. (gramigna)	*Rhamnus frangula* L. (frangola)
Arcto staphilos uva-ursi (L.) Spreng (uva ursina)	*Robinia pseudoacacia* L. (acacia)
Betula pendula Roth. (betulla)	*Rosa* spp. (rosa)
Chelidonium majus L. (chelidonia)	*Rumex* spp. (acetosa)
Equisetum arvense L. (equiseto)	*Ruscus aculeatus* L. (pungitopo)
Fraxinus excelsior L. (frassino)	*Ruta graveolens* L. (ruta)
Fraxinus ornus L. (orniello da manna)	*Salix alba* L. (salice bianco)
Hedera helix L. (edera)	*Saponaria officinalis* L. (saponaria)
Origanum majorana L. (maggiorana)	*Sorbus aucuparia* L. (sorbo)
Papaver rhoeas L. (rosolaccio)	*Thymus serpyllum* L. (timo serpillo)
Plantago major L. (piantaggine maggiore)	*Tilia* spp. (tiglio)
Prunus spinosa L. (prugnolo)	*Verbascum* spp. (tassobarbasso)
Quercus spp. (quercia)	*Viscum album* L. (vischio)

La possibilità di coltivazione di specie officinali e aromatiche nelle zone collinari e montane nonché la raccolta attenta e controllata di piante officinali spontanee effettuata da persone preparate in modo specifico ed accurato, è interessante perché si inquadra come tentativo serio di recupero delle terre marginali e di quei comprensori non sfruttati adeguatamente e completamente abbandonati.

CONCLUSIONI

Lavori specifici ed approfonditi inerenti l'utilizzo delle piante nella tradizione popolare della Provincia di Rieti sono a tutt'oggi assenti. Nell'elaborazione di questo scritto pertanto, al fine di recuperare la conoscenza del patrimonio etnobotanico reatino, è stato necessario attingere alla ricerca archivistica, alla letteratura di argomento storico e di pubblicazioni locali presente nelle

varie biblioteche ed archivi della provincia unitamente all'indagine sul campo consistente in via principale in interviste dirette ad anziani, contadini e pastori del circondario reatino.
Nel periodo moderno le colture più diffuse nella provincia erano quella degli olivi, che dall'epoca romana hanno sempre caratterizzato il territorio sabino, quella degli alberi da frutta e, soprattutto, quella della canapa unitamente a quella delle viti e quella dei gelsi .
Grande successo ebbe anche la coltivazione e la produzione granaria intorno agli '30, grazie agli studi di genetica di Nazareno Strampelli e la coltivazione della barbabietola che alimentava una delle prime moderne fabbriche dello zucchero in Italia sorta a Rieti.
Negli estesi castagneti della Valle del Velino, invece erano molti a dedicarsi alla coltura delle castagne.
Le piante ed in particolare alcune colture hanno quindi avuto un evidente e rilevante risvolto economico e sociale sulla Provincia di Rieti contribuendo in maniera nodale al suo sviluppo. La tradizione popolare, sebbene influenzata da questi mutamenti spesso epocali e radicali, rimane comunque fortemente legata all'uso di particolari specie vegetali spontanee del territorio attraverso un uso nel campo culinario, della medicina, della veterinaria, della cosmesi, nei giochi, nei riti magici, religiosi ecc.
Il rapporto delle persone soprattutto con l'utilizzo delle piante officinali si è tuttavia negli anni trasformato. Dalla vicinanza e dalla conoscenza stimolata dalla necessità, si è passati ad una considerazione diversa delle piante. Lo sviluppo economico, i progressi nel campo della farmacia e della medicina hanno portato ad una perdita di memoria storica circa l'utilizzo quotidiano delle piante per il quale solo ora possiamo affermare stia rinascendo, sia pure per questioni e motivi differenti, un qualche interesse.
Gli scopi principali della ricerca etnobotanica sono la raccolta e il censimento di queste tradizioni con il fine ultimo di conservare queste conoscenze come patrimonio culturale che caratterizza l’identità del territorio e suggerendo approfondimenti di carattere scientifico nel campo dell’alimentazione, della medicina, della cosmetica, dei manufatti, ecc. con la possibilità di incentivare attività di imprese e aziende nei settori industriali, cosmetico-farmaceutici, manufatturieri ed agroalimentari.
La ricerca etnobotanica offre infatti spunti per approfondimenti in campo medico e farmacologico.
Molte delle scoperte in tale settore sono infatti basate sullo studio di piante utilizzate nella fitoterapia da particolari gruppi etnici. Alcuni principi attivi di grande importanza farmacologica, prima sconosciuti alla medicina ufficiali, sono stati ottenuti proprio grazie a indagini etnobotaniche che hanno evidenziato particolari usi terapeutici di piante spontanee (per esempio i derivati dell’acido salicilico, la codeina, la vinblastina, ecc.). Eventuali nuovi principi attivi potrebbero essere poi testati in vitro per futuri impieghi come farmaci o integratori alimentari, basati sugli usi

tradizionali delle piante di origine. La caratterizzazione chimica e ulteriori approfondimenti condotti ad esempio tramite tecniche di biologia molecale come il DNA barcoding di alcuni estratti vegetali di particolare interesse potrebbe portare anche al brevetto di alcune miscele con possibili risvolti dal punto di vista economico.

Il ruolo della ricerca etnobotanica è anche quello di incrementare e di conservare la diversità vegetale riguardo specie vulnerabili o a rischio di estinzione attraverso ad esempio la divulgazione delle conoscenze affinchè le risorse vegetali siano tutelate e utilizzate in maniera sostenibile, pur rappresentando nuove occasioni di sfruttamento economico e commerciale. In questo senso, il recupero della tradizione popolare e la ricerca etnobotanica possono fornire un utile supporto di utilizzo equo e sostenibile delle risorse del mondo vegetale. Tali conoscenze, tra l'altro, se indirizzate correttamente, renderebbero possibile l'individuazione e la conservazione dell'enorme potenziale genetico (germoplasma) delle specie spontanee.

La grande ricchezza di specie officinali spontanee, offre anche l'opportunità della riscoperta di cibi a base di sostanze funzionali, l'inserimento nelle diete di alimenti nuovi, integratori alimentari con qualità benefiche per la salute nonché la possibilità di individuare possibili specie di particolare pregio e interesse economico (IGP, DOC) suggerendo approfondimenti di carattere scientifico per specie poco conosciute in relazione al loro utilizzo. La fitoalimurgia nella società attuale riveste infatti ruoli ben diversi da quelli del passato. Non è più necessità alimentare, ma puro interesse per prodotti naturali.

La flora alimurgica rappresenta una risorsa interessante sotto tanti punti di vista:

è una risorsa alimentare con la quale si potrebbero riqualificare terreni marginali non utilizzabili per coltivazioni estensive, da coltivare biologicamente con una filiera corta e a basso impatto ambientale. Questo potrebbe portare allo sviluppo di aziende di medio-piccole dimensioni valorizzando le risorse locali e portando a un modello esportabile ad altre realtà locali e nazionali.

Così come la flora alimurgica, anche le specie officinali e aromatiche per molte delle quali, tra l'altro, il territorio reatino è naturalmente vocato, rappresentano una risorsa che potrebbe creare possibili attività di non trascurabile potenzialità economica.

BIBLIOGRAFIA

- A.A.V.V. - Annuale del Comizio Agrario di Rieti per l'anno 1879. [S.l.: s.n.] (Rieti: Tipografie Trinchi) 1879.
- A.A.V.V.- Atlante Rieti- Terni- Centro Studi E. Vanoni. [S.l.: s.n.] (Arti Grafiche Nobili sud) 1993.
- A.A.V.V.- *Il baco da seta* in "Terra sabina". [Rieti: s.n.] 1924.
- A.A.V.V.- L'agricoltura della provincia di Rieti ed i suoi problemi socio-economici a cura della Cassa di Risparmio di Rieti. [Rieti: Il Velino] 1985.
- A.A.V.V.- *Rieti e le usanze di altri tempi* in "Terra sabina". [Rieti: s.n.] 1924.
- A.A.V.V.- Rieti- Percorsi tra Storia, ambiente e cultura. [Rieti: Fondazione Varrone] (Terni: Tipografia Visconti) 2007.
- ANZALONE, B.- Elenco delle piante vascolari nel Lazio. [Roma: Regione Lazio, Assessorato alla programmazione Bilancio, Tributi, Società Finanziarie e Energia, Società Botanica Italiana, Sezione Laziale] 1984.
- ARIETI, I.-Erbe della Tuscia nel piatto, ricette, usanze, storie, curiosità. [Viterbo:Agnesotti] 2006.
- BARBERI, B.- Problemi economici della provincia di Rieti. [Rieti: C.C.I.A Rieti] 1954.
- BIANCHINI, A.- *Di alcuni nomi volgari di piante in Rieti* in "Bollettino del Naturalista, Anno XXIX N. 3-4. (Siena: Tip. e Lit. Sordomuti Ditta L. Lazzeri) 1909.
- BIANCHINI, A.- *Note e appunti intorno alla flora reatina* in rivista italiana di Scienze Naturali Anno XXVI, N. 5-6 e seg. (Siena: Tip. e Lit. Sordomuti Ditta L. Lazzeri) 1907.
- BONI, U., PATRI, G.- Le erbe medicinali, aromatiche, cosmetiche. [Milano: F.lli Fabbri Editori] 1976.
- BORSETTA, F.- Segreti delle erbe: 250 erbe e piante medicinali illustrate a colori con descrizione e modo d'usarle. [Torino: Francesco Borsetta] 1953.
- BREDA, N.- Inquieti paesaggi tra natura e cultura. [Verona: Cierre, Treviso: Canova] 2001.
- CAMPAGNA, P.- Farmaci vegetali: manuale ragionato di fitoterapia. [Torino: Minerva Medica] 2008.
- CAMPANINI, E.- Dizionario di fitoterapia e piante medicinali. [Milano: Tecniche Nuove] 2012.
- CAPASSO, F.- Farmacognosia: botanica, chimica e farmacologia delle piante medicinali. [Milano: Springer] 2011.
- CAPASSO, F., GRANDOLINI, G., IZZO, A. -Fitoterapia: impiego razionale delle droghe vegetali. [Milano: Springer] 2012.

- CAPRIOLI, G.- Antiche industrie agricole, il guado in Rieti. [Roma: Ramo editoriale degli agricoltori] 1933.
- CATIZONE, P., MAROTTI, M., TODERI, G.- Coltivazione delle piante medicinali e aromatiche. [Bologna: Patron Editore] 1986.
- CHIEJ GAMACCHIO, R.- Piante medicinali. [Milano: A. Mondadori] 1983.
- CONTI, F., ABBATE, G., ALESSANDRINI. An annotated checklist of the italian vascular flora. [Roma: Palombi] 2005.
- CORSI, G., PAGNI, A.M.- Piante selvatiche di uso alimentare in Toscana. [Ospedaletto, Pisa: Pacini] 2008
- COTTON C.M.- Ethnobotany: Principles and Applications. [Chichester: John Wiley & Sons] 1996.
- CREMONA, L.- Provincia di Rieti, il gusto di scoprirla. [Rieti, s.n.] (Provincia di Rieti, Fondazione Varrone)
- DE CONCINI E.- Mangia et labora negli antichi conventi di Leonessa. [Leonessa: Comune, Cinisello Balsamo: San Paolo] 2000
- DI CARLO, E.A.- I castelli della Sabina dalla Caduta dell'Impero romano all'unità d'Italia. [Rieti: s.n.] (Grafica Berardi) 1988
- DI MARIO, R.- Il fascismo in Sabina. [Teramo: Eco Editrice] 1993.
- DI MARIO, R.- Mille anni fa in Sabina. [S.l.: s.n.] (Stamp. Arti Grafiche Nobili sud) 1997.
- DI MARIO, R.– Viaggio nel Medioevo Sabino- tra storia, costumi e tradizioni. [San Gabriele (Te): Eco Editrice] 1989.
- ESCOP- Monographs on the medicinal uses of plants drugs (2002)- European Scientific Cooperative on Phytotherapy. Fascicule 1. [Elburg: European Scientific Cooperative on Phytotherapy] 1996.
- FARMACOPEA Ufficiale della Repubblica Italiana: droghe vegetali e preparazioni. [Roma: Istituto poligrafico e Zecca dello Stato] 1991.
- FERRARESE, M.- Le piante medicinali: tecniche di utilizzazione. [Bologna: Edizioni Agricole] 1990.
- FESTUCCIA, G.- Lucciole, poesie in dialetto reatino e in lingua italiana [S.l: s.n.] (Rieti: Artigrafiche Nobili) 1976.
- FUMAGALLI, M.- Dizionario di alchimia e di farmaceutica antiquaria: dalla ricerca dell'oro filosofale all'arte spagirica di Paracelso. [Roma: Edizioni Mediterranee] 2000.
- GALLO, G. Descrizione ed impiego di 200 piante medicinali della flora pedemontana coll'aggiunta dei nomi in vernacolo piemontese. [Cuneo: UTET] dedic. 1917.

- GASTALDO P.- Compendio della flora Officinale italiana. [Padova: Piccin] 1987.
- GASTALDO, P., BARELLA, P.- *Un erbario di piante della medicina popolare italiana* in "Giorn. Bot. Ital. 122 (suppl.1)"" 1988.
- GUARRERA, P.M.- *Alcuni usi tradizionali delle piante dell'Italia centrale* in "Giorn.Bot.Ital. 122 (suppl.1)" 1988.
- GUARRERA, P.M.- *Etnobotanica e fitoterapia veterinaria in Italia centrale* in "Atti convegno nazionale "Problematiche veterinarie emergenti nelle aree protette" [Teramo, s.n.] (Teramo: Deltagrafica) 1998.
- GUARRERA, P.M.- *Fitoterapia e uso tradizionale delle piante nel territorio della Valle di Comino (Frosinone)* in: "GIUSTI, S.- Le piante magiche: una ricerca storico-antropologica. [Roma: Domograf] 1995.
- GUARRERA, P. M, CASTELLACCI, A.M., TACCONI, M.- *Gli usi tradizionali delle piante* in "Agricoltura e Ambiente, vol. 24" 1984.
- GUARRERA, P.M.- *Household dyeing plants and traditional uses in some areas of Italy* in "Ethnobiol Ethnomed" Published online 2006.
- GUARRERA, P.M.- Il patrimonio etnobotanico del Lazio nell'uso terapeutico, alimentare, domestico, religioso, magico. [Roma: Tipar Poligrafica] 1994.
- GUARRERA, P.M.- Le piante del Lazio nell'uso terapeutico, alimentare, domestico, religioso e magico: etnobotanica laziale e della media penisola italiana a confronto. [Roma: Regione Lazio, Assessorato alla cultura, Università La Sapienza, Dipartimento di Biologia vegetale] 1994.
- GUARRERA, P.M.- *Piante medicinali e medicine alimentari* in "Annali di San Michele n.16" 2003.
- GUARRERA, P.M.- *Traditional antihelmintic, antiparasitic and repellent uses of plants in Central Italy* in "J. Ethnopharmacol. Vol.68" 1999.
- GUARRERA, P.M.- *Usi tradizionali delle piante in alcune aree marchigiane* in "Informatore Bot. Ital., vol. 22, n. 3" 1990.
- GUARRERA, P.M.- *Usi tradizionali delle piante nel territorio della Majella* in "Riv. Abruzz., vol. 41, n. 1" 1988.
- GUARRERA, P.M., FORTI, G., MARIGNOLI, S., GELSOMINI, G.- Piante e tradizione popolare ad Acquapendente. Quaderni del museo del Fiore, n. 2. [Acquapendente: s.n] 2004.
- GUATTANI, G.A- Monumenti sabini. [S.l.: s.n] (Roma: Puccinelli) 1827-1830.

- GUERCI, A.- Il cibo e il corpo: dal cibo alla cultura, dalla cultura al cibo: atti della II Conferenza internazionale di antropologia e storia della salute e delle malattie. [Genova: Erga] 1999.
- IMBESI, A.- *La medicina tradizionale nella evoluzione del pensiero medico moderno* in "Atti del III Seminario Internazionale sulle Piante Medicinali e la Medicina Tradizionale". [Todi: s.n.] (Todi: Arti Grafiche Labor) 1983.
- I.S.M.E.A.- Piante officinali in italia: un'istantanea della filiera e dei rapporti tra i diversi attori Il rapporto è stato presentato durante il Workshop "Piano di settore, Osservatorio economico e dati statistici della filiera delle piante officinali" a Roma nel 2013.
- LANDI, S.- Alberi ed arbusti della Valle del Velino. [S.l: Secit] 1990.
- LANDI, S.- Aspetti naturalistici del Cicolano. [Rieti: Rotary Club Rieti] 1980.
- LANDI, S.- *Il cammino di Francesco: spiritualità e natura* in "Silvae Anno I-n.2" [Roma: Corpo Forestale dello Stato] 2005.
- LANDI, S., GRILLOTTI, M.A.- Storie di piante dell'Agro Reatino. [Rieti: M. Rinaldi] 1996.
- LANDI, S., SARTI LANDI, V.- I frutti dei boschi della provincia di Rieti: notizie, curiosità, golosità. [Rieti: Banca Popolare di Rieti] (Rieti: Grafiche Nobili Sud) 1984.
- LANDI, S., LANDI, I.- Piante officinali della Valle del Velino. [Rieti: Secit] 1993-1996.
- LANDI, S., SARTI LANDI, V.- Erbe spontanee e piante aromatiche in cucina. [S.l.:Secit] 1990.
- LANDI, S.- Flora e ambiente dell'Isola d'Elba. [Cavalese: Azzurra] 1989.
- LANDI, S.- I fiori dell'Appennino centrale: immagini, descrizioni, leggende, storie e consuetudini [S.l.: Secit] 1990.
- LODI, G.- Piante officinali italiane. [Bologna: Edagricole] 1957.
- LORENZETTI, R.- Studi e materiali per una storia sociale ed economica della Sabina. [Rieti: Istituto Cirese] 1989.
- MARCHI, P., D'AMATO, E.P., BIANCHI, G.- Famiglie di piante vascolari italiane. [Roma: Casa Editrice Università La Sapienza] 2006.
- MATTEI, L.- Sonetti; Erario reatino a cura di Gianfranco Formichetti. [Rieti: Secit] 2005.
- MATTHIOLI, P.A.- Dei discorsi di M. Pietro Andrea Matthioli sanese medico cesareo et del serenissimo principe Ferdinando arciduca d'Austria etc nelli sei libri di Pedacio Dioscoride Anazarbeo della materia medicinale. 1604.
- MENICOCCI, L.- Spigolando nel verde. Un erbario figurato per la Tuscia. [Viterbo: Settecittà] 2006.
- NARDELLI, M.N.- Cultura e tradizione. Demomedicina nell'alta Umbria. [Perugia: Ufficio Stampa della Provincia] 1987.

- PALMEGIANI, F.- Rieti e la regione sabina- storia arte usi e costumi del secolare popolo sabino. [Rieti: Secit] 1988.
- PASQUA, G., ABBATE, G., FORNI, C.- Botanica generale e diversità vegetale. [Padova: Piccin] 2015.
- PEARCE, J.M.S.- *Leopold Auenbrugger: camphor induced epilepsy- remedy for manic psychosis* in "Eur. Neurol. 59 (1-2): 105-107". 2007.
- PELETTA, E.- Erbe selvatiche nella cucina. [Aosta: Musmeci Editore] 1981.
- M.I.I.P.A.F.- Piano di settore della filiera delle piante officinali 2014-2016.
- PIGNATTI, S.- *Salviamo le conoscenze sulle piante utili della flora italiana* in "Inf. Bot. Ital." vol. 3, n. 1. 1971.
- PIGNATTI, S.- Flora d'Italia- Volume I. [Bologna: Agricole] 1982.
- PIGNATTI, S.- Flora d'Italia- Volume II. [Bologna: Agricole] 1982.
- PIGNATTI, S.- Flora d'Italia- Volume III. [Bologna: Agricole] 1982.
- POLIA M.- CHAVES HUALPA F.- Mio padre mi disse: Tradizione, religione e magia sui monti dell'Alta Sabina. [Rimini: Il Cerchio] 2002.
- POMINI, L.- Quattro lustri di coltivazione sperimentale e pratica di piante officinali e utili 1934-1953. [Vercelli: s.n.] (La Sesia) 1955.
- R. PROVVEDITORATO AGLI STUDI PER LA PROVINCIA DI RIETI- La Sabina e il Fascismo. [Roma: Istituto Grafico Tiberino] 193?
- REGIONE EMILIA ROMAGNA, AZIENDA REGIONALE DELLE FORESTE- Studio sulle piante officinali in Emilia Romagna [S.l, s.n.] (Bologna, Calderini) 198?
- ROSATI, G.- Un rubbiu dde sale- 2000 proverbi in vernacolo reatino. [Rieti: Grafiche Nobili Sud] 1998.
- ROTTOLI M.- *L'orto medievale fra botanica, storia e archeologia: un contributo all'interpretazione dei termini botanici medievali* in "Archeologia Uomo Territorio n. 15" 1996.
- SILLETTI, G.- Tutela della flora spontanea in Italia. Supplemento Anno III Silvae n. 9. [Roma: Corpo Forestale dello Stato] Settembre Dicembre 2007.
- SILVESTRI, G.- Coltivazioni biologiche di piante medicinali aromatiche e alimentari. [S.l: s.n] (Pitigliano: A.T.L.A.) 1980.
- SIMONETTI, G. WATSCHINGER, M.- Frutti e fiori selvatici in cucina. [Udine: Lorenzini] 1984.
- SIMONETTI, G. WATSCHINGER, M.- Guida al riconoscimento di erbe di campi e prati. [Milano: A. Mondadori] 1986.
- TOCCI A., VERACINI,A.- Alberi ed arbusti per l'uomo e per la vita. Collana verde 84 [Roma: Ministero dell'Agricoltura e delle foreste] 1991.

- TREASE, G.E.- Pharmacognosy [Edimburgh: W.B. Saunders] 2002.
- TRUINI PALOMBA M.G.- Cucina Sabina. [Roma: Muzzio] 2002.
- UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ- Unitre- Rieti laboratorio dialettale- Appena ieri, istantanee sul passato in una raccolta di testi in lingua e in dialetto. [Rieti: Comune] 1998.
- VENANZI N.- Sabina- Raccolta antologica di brani storici geografici, artistici e folkloristici. [Rieti: Faraoni] 1977.
- VENDER C., FUSANI, P.- La protezione delle piante officinali in Italia. [Trento: Erboristeria domani 266]. 2003
- VIEGI, L., PIERONI, A., GUARRERA P.M., MACCIONI, S.- Piante usate in Italia in medicina veterinaria popolare. [Pisa: Dipartimento Scienze Botaniche] 2001.

DOCUMENTI ARCHIVISTICI CITATI:

- AsRi, Raccolta bandi e editti, busta n.4, bando n. 362
- AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat. VII busta 114, fasc 41
- AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat. VII, busta 114, fasc 40
- AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.15, busta146, fasc.18
- AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.15, busta146, fasc.15
- AsRi, sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Categoria VII, busta 114
- AsRi, Sottoprefettura Cittaducale serie I cat. 6 busta 109, fasc. 20
- AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, serie I, cat. 7, busta 110, fasc. 61
- AsRi, Raccolta Bandi ed Editti, Busta n. 4 Bando n. 313
- AsRi, Raccolta Bandi ed Editti, Busta n. 4 Bando n. 318
- AsRi, Raccolta Bandi ed Editti, Busta n. 4 Bando n. 319
- AsRi, Sottoprefettura Cittaducale, Serie I, Cat.VII, busta 114 fasc. 44
- AsRi, Raccolta Bandi ed Editti, Busta n. 4 Bando n. 312

AsRi= Archivio di Stato di Rieti

RIFERIMENTI NORMATIVI:

- Circolare Aniasi" n.1 – Prodotti a base di piante officinali. 8 Gennaio 1981
- Legge 99 del 6 Gennaio 1931, 99 Disciplina della coltivazione raccolta e commercio delle piante officinali. Gazzetta Ufficiale n.41, 19 Febbraio (1931)
- Regio Decreto 18 Giugno 1931, n. 773 TULPS - pubblicato nella Gazzetta Ufficiale 26 giugno 1931, n. 146
- Regio Decreto 19 novembre 1931, n.1793

- Regio Decreto 26 Maggio 1932, n.772,
- Regio Decreto 30 marzo 1933, n. 675 Ha apportato delle modifiche al regolamento di applicazione della legge
- Decreto legislativo 24 aprile 2006, 219 "Attuazione della Direttiva 2001/83/CE relativa ad un codice comunitario concernente i medicinali per uso umano"
- Decreto 9 luglio 2012 Disciplina dell'impiego negli integratori alimentari di sostanze e preparati vegetali. (12A07895) (GU Serie Generale n.169 del 21-7-2012

SITOGRAFIA

- www.actaplantarum.org
- www.agraria.org
- www.culturalazio.it
- www.nazarenostrampelli.it
- www.novecentoitaliano.it
- www.pianteofficinali.org
- www.romabeniculturali.it
- www.salute.gov.it
- www.theplantlist.org
- www.wikipedia.org
- http://assosalute.federchimica.it/homepage-anifa.aspx
- http://www.agenziafarmaco.gov.it/

Un ringraziamento particolare al Direttore dell'Archivio di Stato di Rieti dott. Roberto Lorenzetti per i suggerimenti proposti nella ricerca archivistica, a Aldo Papi collega dell'attuale Scuola Forestale Carabinieri di Cittaducale (Ri), per le foto fornite.