

SUA MAESTÀ L'OLIVO

Roberto Salvioni

Avete notato quanti storni in questo periodo volano sugli oliveti della nostra collina? Sono ghiotti delle olive ormai mature e, per questo, motivo di preoccupazione per i danni che possono provocare. Novembre è il mese delle olive e dell'olio: finita la vendemmia, assaggiato il vino novello, le castagne in bruciata e lesse, è in pieno svolgimento la raccolta delle olive. Fino a qualche decennio fa venivano lasciate sull'albero a maturare e colte, o raccattate da terra, in dicembre e anche in gennaio, per approfittare della maggior resa in olio. Le analisi hanno poi dimostrato che l'olio ottenuto da olive ancora acerbe o appena mature ha qualità organolettiche decisamente migliori: bassissima acidità, quindi si conserva meglio e più a lungo, ed un ottimo sapore. Ma questo è un aspetto, pur molto importante, che però ci porterebbe lontano dal nostro interesse farmaceutico.

L'approccio con il tema "olivo" (*Olea europaea* L. delle *Oleaceae*) deve essere di estremo rispetto per questo gigante alimentare, storico, simbolico, culturale, religioso ma anche sanitario. Insieme alla vite e al fico, l'olivo fa parte di una triade caratteristica del bacino del Mediterraneo, che ha accompagnato l'uomo fin dal suo primo apparire, rappresentando sicuri punti di riferimento per le primarie necessità vitali. Troviamo l'olivo e l'olio descritti nella storia di tutte le civiltà antiche. Questo binomio è attestato oltre 200 volte nella Bibbia: ne ricordo il ramoscello che orna il becco della colomba che indica a Noè la fine del diluvio. Alcune volte è associato al castigo: pur simile ad un olivo maestoso, il tempio di Gerusalemme è distrutto dal fuoco attizzato dal Signore (*Ger* 11,16); nonostante la distruzione degli olivi da parte delle cavallette, Israele non si ravvede meritando la punizione divina (*Am* 4,9; *Abe* 3,17). Nel Nuovo Testamento poi, come non ricordare il Monte degli Olivi con tutto quello che vi accade negli ultimi momenti

della vita di Gesù?

Tralasciandone l'uso alimentare, cercherò di sintetizzare per il meglio l'importanza della nostra pianta, anche nei documenti storici, come medicamento.

L'uso come emolliente per la pelle, generalmente associato a balsami o profumi, è noto fin dall'antichità. Dal frutto verde e immaturo i Romani estraevano un olio viscoso, brunastro, chiamato *omphacium*. Gli atleti se ne ungevano il corpo: poi, dopo la lotta, misto alla polvere, al sudore, al sangue, lo si raschiava dal corpo con una specie di striglia (strigile), e lo si conservava come rimedio preziosissimo contro una infinità di malattie, principalmente la scabbia e l'alopecia. Per secoli, come ricorda Mattioli (XVI sec.), l'olio e le stesse olive *trite e impastate* sono state usate contro *il fuoco sacro, le ulcere serpiginoze e corrosive, le infiammazioni* e molte altre manifestazioni e malattie cutanee. Il Lemery (XVIII sec.) riporta nella sua *Farmacopea Universale* l'uso delle foglie di olivo scrivendo che sono astringenti, aggiungendo che *i rami dell'Ulivo erano una volta contrassegni della pace, come quelli dell'Alloro sono presentemente i segnali della gloria*. E sono effettivamente le foglie dell'olivo (*Folia oleae*) quelle che ci interessano per le proprietà terapeutiche. La tradizione riconosce ad esse qualità febbrifughe, ipoglicemicizzanti, diuretiche e, soprattutto, antiipertensive. Si usano le giovani foglie raccolte in primavera per farne infusi, decotti, polveri e tintura madre. L'azione è blanda ma certa, paragonabile a quella del vischio, senza effetti collaterali negativi, se si esclude una possibile irritazione della mucosa gastrica a digiuno. I componenti principali del fitocomplesso sono triterpeni e flavonoidi (rutoside e glicosidi dell'apigenolo e del luteolo), secoiridoidi (oleuropeoside), sostanze amare (olivamarina), tannini, sali minerali (calcio), clorofilla, cere e mannitolo. L'impiego nelle forme di ipertensione arteriosa di grado modesto è dovuto ad un meccanismo di vasodilatazione periferi-

ca, senza azione depressoria sul cuore. È presente anche una buona riduzione della viscosità del sangue e una facilitazione della diuresi. Alcuni autori attribuiscono alle foglie, in particolare all'oleuropeoside, proprietà ipoglicemicizzanti utili, come coadiuvanti, nel trattamento delle forme diabetiche lievi. L'azione febbrifuga è dovuta ai principi amari contenuti nelle foglie: un tempo venivano usate nel trattamento sintomatico della malaria. L'uso esterno di preparazioni di foglie di olivo sfrutta le caratteristiche astringenti dei tannini: sono impiegate per lavare piaghe e ferite e, come collutorio, nelle infiammazioni delle mucose orali. Si usa l'infuso al 3-10 per mille, il decotto al 6% per uso esterno, la tintura madre 40 gocce in acqua 3 volte al giorno. Molto usate ed efficaci sono le associazioni con i già trattati Biancospino e Passiflora. La pianta dell'olivo caratterizza il territorio toscano: bellissimi e ben curati i nostri oliveti, accanto a vigneti famosi. Ho un ricordo personale in chiusura. La mattina del 6 gennaio 1985, festività dell'Epifania da trascorrere serenamente in famiglia, tutto quello che avremmo potuto vedere dalle finestre era ricoperto da una coltre di neve e ghiaccio; il termometro, durante la notte, aveva raggiunto temperature molto basse, critiche per il mondo vegetale. In particolare gli olivi ne soffrirono tantissimo ed interi oliveti si seccarono. Ricordo il clima di tristezza che si respirava a Montalcino man mano che, nei mesi successivi, appariva evidente la gravità dei danni provocati da un evento naturale così forte. Per un bel po' non si parlò d'altro. Presto però iniziarono programmi per nuove piantate perché, dell'olivo, proprio... non possiamo fare a meno.

La colomba tornò a lui sul far della sera;

ecco, essa aveva nel becco un ramoscello di ulivo.

Noè comprese che le acque si erano ritirate dalla terra (Gen 8,11).

L'OLIO, O DEL VIVERE CIVILE

Raffaele Giannetti

Quello che interessa subito sottolineare è che l'olivo ben rappresenta la cultura dell'uomo. La rappresenta in quanto pianta *coltivata*, frutto appunto di una *cultura* etimologicamente memore e rispettosa. Ma la rappresenta anche e soprattutto nella sua peculiarità, cioè in quanto segno, simbolo e sostanza della civiltà. Non può essere questa l'occasione per dire degli usi e delle tradizioni legate alla pianta, e quindi alle olive e all'olio, nell'antichità. Non è, tuttavia, per mancanza di tempo o spazio: semplicemente, non è questo di cui vorremmo discutere. Piuttosto si tratta della percezione che l'uomo ha avuto dell'olivo, delle valenze simboliche che gli ha attribuito, cioè dei codici sociali, morali e politici di cui la pianta è diventata, per così dire, uno degli ideogrammi, uno dei *caratteri*. In altre parole, ci incuriosisce il posto, particolare e importante, che l'olivo, insieme all'olio, ha occupato nella cucina e nella farmacopea d'altri tempi.

Nella Grecia antica, per esempio, l'olivo è una presenza comunicativa, ricca di sensi e messaggi. Esso si situa in uno speciale e privilegiatissimo ambito all'interno dell'immaginario sociale, quello del cittadino ovvero del guerriero e del contadino, esprimendo in pieno la partecipazione alla vita della città e ai suoi riti, che siano politici o religiosi. La nostra pianta significa le fatiche della campagna e insieme l'uomo stesso, il quale necessita di lunghe cure per essere *coltivato*. Un ramoscello d'olivo (*kóros*), che in greco antico porta lo stesso nome dei fanciulli e delle fanciulle (*kóroi* o *kóroui* e *kórai*), è *tout court* l'emblema della città democratica e della civiltà. L'olivo occupa questo luogo giusto e mediano insieme al vino e ai cereali, opponendosi alle intricate, primitive e pericolose distese di piante selvatiche lontane dal cuore della comunità e dai suoi ideali.