

CALMA LA PASSIONE: LA PASSIFLORA

Roberto Salvioni

Negli ultimi anni ne ho viste molte, anche a Montalcino, di queste piante. Ornano e fanno ombra a terrazzi e balconi, e danno la possibilità per tutta l'estate di godere dei loro fiori particolarissimi e affascinanti; ne ho una graziosa pergola anche nella terrazza della mia farmacia. La Passiflora è originaria, nelle sue varie specie, delle zone calde e tropicali delle Americhe, Australia e Asia, ed è stata importata in Europa, come molte altre piante, dopo i grandi viaggi e le scoperte dei nuovi mondi. Il nome *Passiflora*, dato formalmente da Linneo nel 1753, deriva dalle parole latine *flos Passionis*, fiore della Passione, con riferimento alla Passione di Gesù Cristo. Questa denominazione era in uso già da parecchi anni e probabilmente fu attribuito a questa pianta rampicante dai primi missionari che seguirono i viaggi di Cristoforo Colombo. Ad essi, suggestionati dalla accesa volontà di convertire i popoli americani, non sarà sembrato vero di "vedere" in un fiore di quel continente i segni della Passione. Guglielmo Betto, nel suo libro "I frutti tropicali in Italia" cita un "Erbario o Storia Generale delle piante" di Pietro Antonio Michiel pubblicato tra il 1553 e il 1565 nel quale è presente la Passiflora già allora coltivata in Italia. Il missionario Padre Giacomo Bosio nel "Trattato sulla Crocifissione di Nostro Signore" del 1610 aveva descritto i simboli della Passione di Cristo presenti nei suoi fiori. Nella tradizione i 3 chiodi sono rappresentati dai 3 stigmi, la corona di spine dalla corona dei filamenti, i 5 petali e i 5 sepali simboleggiano i 10 apostoli rimasti fedeli a Gesù Cristo (Giuda Lo tradì e Pietro Lo rinnegò 3 volte), l'androdinoforo, brutta parola che indica la struttura cilindrica che sorregge gli stami e gli stigmi, richiama la colonna della flagellazione ed i viticci, ovviamente, rappresentano i flagelli, le 5 antere sono le 5 ferite. La leggenda ha poi trovato nel tempo altri riferimenti, altre fantasiose e suggestive analogie. Ma parliamo ora delle caratteristiche botaniche e delle proprietà fitoterapiche di questa pianta.

La Passiflora, *Passiflora incarnata* L. delle Passifloraceae, la più importante di una numerosa varietà di specie, è una pianta perenne, rampicante, che può raggiungere un'altezza di diversi metri, adatta quindi per pergolati; per sorreggersi è provvista

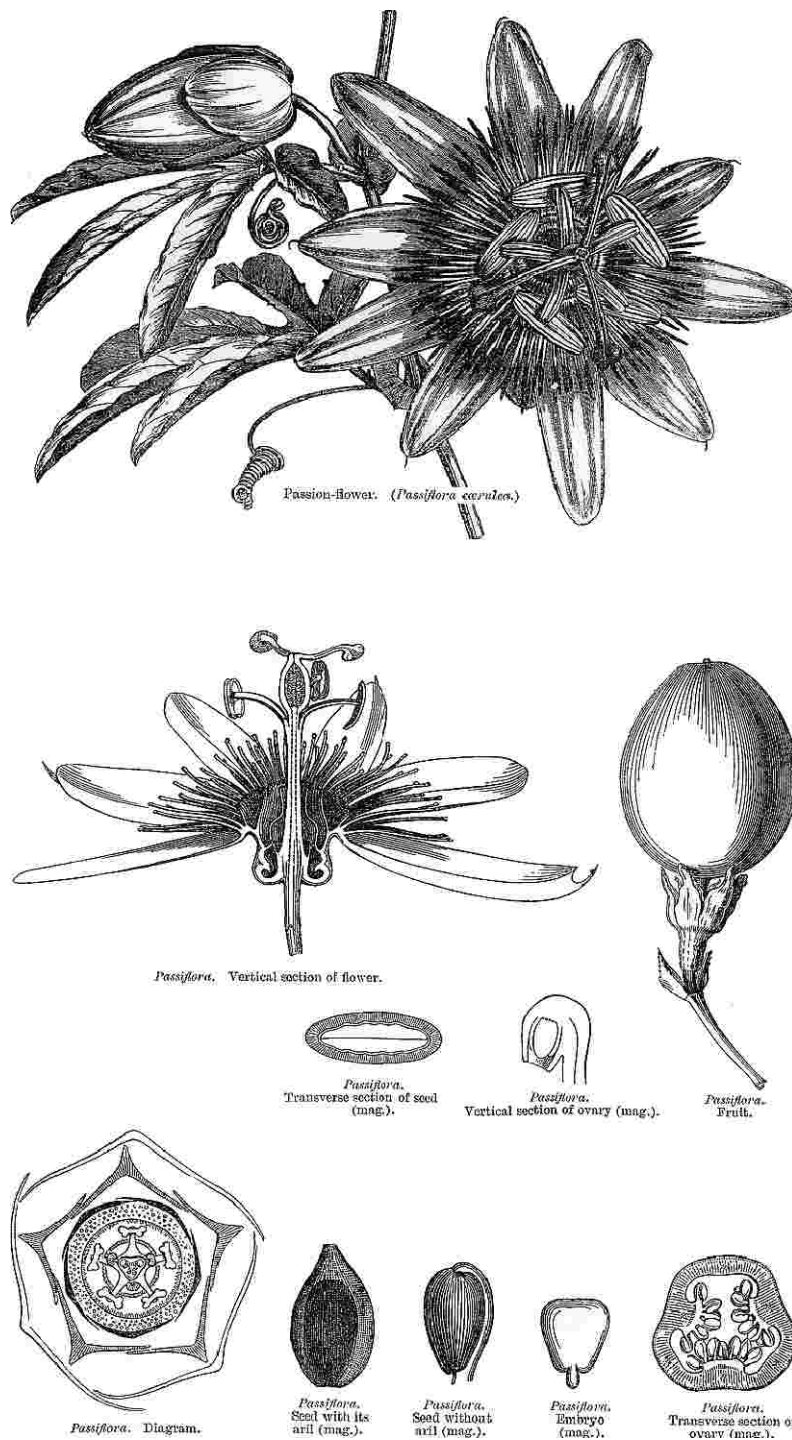
chi e rosso porpora, 5 grandi stami appariscenti. L'ovario è di colore grigio verde, lo stilo presenta stigmi a capocchia disposti su tre lunghe ramificazioni. I frutti, ovoidali, gialli, grossi come un uovo, contengono una polpa commestibile, un po' vi-

passiflorina, armina, armolo, armalina, armalolo), fitosteroli, tannini, flavonoidi, eterosidi cianogenici, cumarine, aminoacidi, acidi grassi e organici. Gli alcaloidi armanici, insieme ai flavonoidi, avrebbero un'azione spasmolitica, soprattutto a livello bronchiale, mentre ai flavonoidi viene attribuita l'azione sedativa. Le attività della Passiflora, naturalmente dovute a tutti i componenti del fitocomplesso in sinergia, sono pertanto sedative ed antispastiche; è indicata quindi nelle turbe del sonno ed in caso di ansia, nelle forme di nevrosi isterica, fobica, ossessiva, post traumatica e nelle angosce. Stimola un sonno fisiologico senza risvegli notturni, né senso di intorpidimento mattutino; utile nei disturbi della menopausa come la tachicardia, ritmo veloce del battito cardiaco, le vampate di calore, lo stress. Il blando effetto tranquillante e sedativo sul sistema nervoso centrale, senza effetti narcotici, la rende utile anche nei dolori mestruali in quanto rilassa i muscoli della parete uterina, oltre che nelle gastralgie e dispepsie. L'azione della Passiflora è simile a quella dei sedativi classici, e pare che abbia recettori comuni alle benzodiazepine; questa caratteristica la rende indispensabile per facilitare lo svezzamento dagli psicofarmaci. Può essere assunta sotto forma di tisane, tinte madri, compresse e capsule di estratto secco da sola o, più spesso, in associazione con altre piante.

Per una buona tisana, versare acqua bollente su 2 grammi (un cucchiaino da tè) di droga finemente tagliata filtrando dopo 5-10 minuti, assumere 2-3 tazze di tisana durante il giorno o 1-2 tazze prima di coricarsi.

Riporto ora due notizie curiose e istruttive. La nostra pianta era usata durante le due Guerre mondiali come sedativo per curare la cosiddetta "angoscia da guerra" e, come riportato dai missionari che per primi la conobbero nell'America del Sud, era assunta da quegli indigeni, regolarmente, prima d'intraprender lite fra di loro.

Preferisco di gran lunga la saggezza di questo secondo utilizzo.



di viticci che si originano dalle ascelle dei fiori, lisci, rotondi, arrotolati a cavatappo all'estremità. I fiori, bellissimi, larghi fino a 9 cm., con 3 brattee, calice composto da 5 sepali, corolla costituita da 5 petali bianchi e da numerosi filamenti bian-

chiosa: si tratta di un alimento molto rinfrescante e che, per di più, è ricco di vitamina C. La droga usata in medicina è costituita dalle parti aeree fiorifere e fruttifere della pianta: il fitocomplesso è costituito principalmente da alcaloidi indolici (armano,