

MALVA

Nome: Malva Sylvestris

Famiglia: Malvacee

Ordine: Malvales

Sottoclasse: Choripetalae

Classe: Dicotyledones

Sottodivisione: Angiospermae



Zona di diffusione: Originaria e presente in tutta l'Asia settentrionale e l'Europa, la malva è comunissima quasi ovunque. Essa è pianta eliotropica perché orienta i suoi grandi fiori verso il sole.

Dove si trova: La malva si rinviene frequentemente nei luoghi erbosi, nei ruderi, lungo le strade e nei campi abbandonati, ricchi di humus.

Descrizione: Pianta erbacea annuale o perenne, alta sino a 50 cm, eretta o prostrata, cespugliosa, ramosa, con fusti ispidi e striati, legnosi alla base; foglie sparse, lungamente picciolate, cordate a 5-7 lobi con margine crenato; fiori appaiati all'ascella delle foglie superiori, con 5 petali rosei e, generalmente, tre striature violacee, fiorisce da maggio ad agosto; frutto composto da acheni appiattiti e disposti in cerchio.

Parti utilizzate: Fiori e foglie.

Modo di impiego: Infusi e decotti delle foglie e dei fiori per la preparazione di sciacqui e gargarismi; infusi di foglie e fiori per uso esterno.

Proprietà: Pettorale, diuretico, lassativo, emolliente, sedativo.

Indicazioni: Emolliente utile nelle irritazioni delle mucose oro faringee e nella tosse stizzosa, nei casi di bronchite, raffreddore e per regolare le funzioni intestinali. I fiori si utilizzano per guarnire insalate verdi. I rami giovani cotti e conditi con olio sale e aceto sono serviti come antipasto o aggiunti a minestre e minestrone.

Curiosità: La Malva veniva utilizzata fino a qualche anno fa per la preparazione casalinga di creme da notte emollienti e antirughe. Può, inoltre, essere utilizzata per rinforzare i capelli e per la preparazione di tisane contro la tosse. Nei secoli la malva ha avuto estimatori illustri: Marziale la usava per dissipare i fumi dei bagordi, Cicerone e Catone la usavano a tavola in grande quantità, Orazio si ritemprava con malva, cicoria e olive. L'imperatore Carlo Magno volle che nel suo giardino venisse coltivata, in un'aiuola particolare, dove si raccoglievano foglie, radici e fiori per la preparazione di tisane e decotti destinati a curare i membri della famiglia imperiale. Nel Rinascimento, divenne il rimedio per tutti i mali e veniva chiamata "omnimorbia". Nel linguaggio dei fiori significa pacatezza. Da questa pianta o meglio dal colore dei suoi fiori, l'origine del colore detto "malva".