Cimicifuga (Cimicifuga racemosa)

La Cimicifuga, Cimicifuga racemosa, sinonimo di Actaea racemosa, e una pianta erbacea perenne originaria del Nord America, appartenente alla famiglia delle Ranunculaceae.



Cimicifuga (Cimicifuga racemosa)

La Cimicifuga, Cimicifuga racemosa, sinonimo di Actaea racemosa, è una pianta erbacea perenne originaria del Nord America, appartenente alla famiglia delle Ranunculaceae.



Il nome Cimicifuga le fu attribuito da Linneo, in considerazione del fatto che le sue foglie hanno un'odore intenso che sembrerebbe allontanare gli insetti (dalle parole latine cimex = cimice e fugare = mettere in fuga).

Di questa presunta proprietà insettifuga, tuttavia, allo stato moderno degli studi, non ritroviamo alcun riferimento concreto di validità.

La Cimicifuga ha uno stelo eretto alto fino a 1,5 m, con numerose foglie composte, grandi e alternate, che ricordano le felci; i fiori sono bianchi, piccoli e piumosi, riuniti in lunghe infiorescenze racemose simili a spighe, che sbocciano in luglio-agosto; i frutti sono follicoli ovali contenenti 8-10 piccolissimi semi (1000 semi pesano circa 2 gr); la radice è un rizoma di color marrone scuro con superficie rugosa e irregolare, dall'odore piuttosto intenso.

Nel continente Europeo è giunta intorno al 1700 come pianta ornamentale, per le sue belle ad appariscenti infiorescenze e per il bel fogliame, e solo nel 1800 si è risvegliato l'interesse verso le sue proprietà officinali.

Proprietà e Indicazioni:

La droga, cioè la parte di pianta dotata di proprietà medicinali, è rappresentata dai rizomi essiccati raccolti in autunno, contenenti l'isoflavone formononetina,

racemosina, acteina, fitosteroli, acido ferulico e salicilico, acidi grassi palmitico e oleico, sali minerali, tannini.

La Cimicifuga racemosa era usata tradizionalmente dalle popolazioni nordamericane per i disturbi mestruali, per facilitare il parto, e nel trattamento delle forme reumatiche.

Attualmente, è utilizzata principalmente per lenire i disturbi causati dalla insufficienza estrogenica provocata dalla menopausa, in particolare contro le vampate di calore, in virtù della sua azione moderatrice sull'eccitabilità riflessa e cardiovascolare, come calmante del sistema nervoso neurovegetativo, per le turbe dell'umore, i disturbi del sonno, la secchezza delle mucose urogenitali.

Controindicazioni:

Non assumere in gravidanza e nell'infanzia.
Solitamente è ben tollerata, ma ad alti dosaggi può causare lievi effetti collaterali, quali disturbi di stomaco, mal di testa, nausea.

Informazioni di riferimento e Bibliografia

---

www.natursit.com - All rights reserved - Italy - P. IVA 01923300030 - R.E.A. VB - 191489
Top Clean Italia di Orlando Domenico - Via Cavour, 4 - 28865 Crevoladossola (VB) Tel. + 39 347 4914137