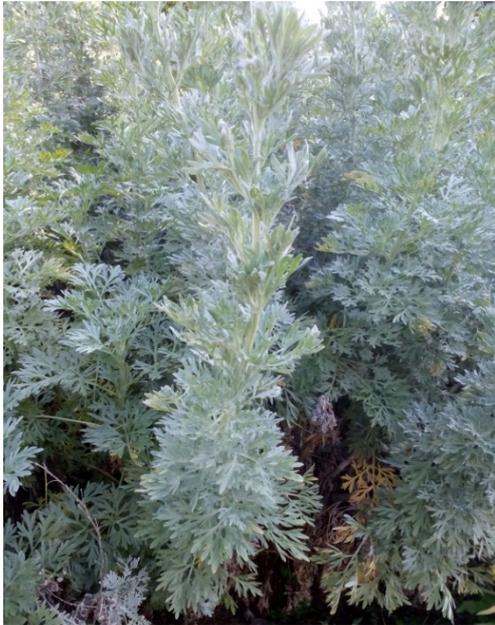


# Assenzio maggiore

---



---

**Nome scientifico:** *Artemisia absinthium* L.

**Nome inglese:** absinthe

**Famiglia:** Asteraceae

**Distribuzione:** ha probabilmente origine nel continente eurasiatico, ed in particolare nell' Europa centro-meridionale; la sua diffusione al giorno d'oggi si estende praticamente in quasi tutte le zone temperate del mondo, soprattutto nell'emisfero nord. In Italia è diffuso ovunque, ad eccezione delle isole maggiori e della Pianura Padana. È presente allo stato spontaneo nei luoghi incolti, rocciosi e sassosi dal mare alle zone montane.

**Descrizione:** specie erbacea perenne, di colore grigiastro, raggiunge un'altezza di circa 1 m. Presenta un fusto sublegnoso, ramificato, con foglie alterne picciolate, le basali pennatifide e laciniate, le superiori più piccole e meno divise; tutta la pianta è ricoperta di fitta peluria che le conferisce un colore argenteo; i fiori, piccoli e gialli, tubulari e gamopetali, sono riuniti in capolini, numerosi e pendenti, disposti in pannocchie piramidate e lasse. Il frutto è un achenio leggermente curvo e glabro, quasi lucido, di forma ovale.

**Fioritura:** luglio-settembre

**Frutto:** achenio

**Coltivazione:** la propagazione avviene sempre per rizomi o divisioni del cespo. Preferisce i terreni leggeri e ben drenati. La coltura può durare 3-4 anni. Il trapianto si effettua in maggio-giugno o in agosto-settembre, adottando sesti d'impianto di 50-70 cm tra le file e 30-40 cm sulla fila.

**Droga:** foglie e sommità fiorite

**Tempo balsamico:** marzo-settembre (foglie), luglio-agosto (sommità fiorite)

**Principi attivi:** olio essenziale costituito da derivati terpenici (felandrene,  $\alpha$  e  $\beta$ -tujone, acetato di tuiolo, pinene ed azuleni); lattoni sesquiterpenici (absintina, anabsintina, artabsina, anabsina e anabsinina); resina, flavonoidi, acidi organici.

**Impiego terapeutico:** ha proprietà stomachiche, amaro-toniche, eupeptiche, per questo è consigliata nell'inappetenza e nell'astenia gastrica.

Deve la sua azione amaro-tonica alla presenza dell'absintina e all'olio essenziale. L'absintina con il suo sapore amaro agisce eccitando le terminazioni nervose della mucosa orale e stimolando così, per via riflessa, la secrezione del succo gastrico. L'essenza è invece responsabile dell'azione eupeptica diretta a livello della mucosa gastrica in quanto induce l'aumento della secrezione cloropeptica.

Può essere prescritta vantaggiosamente nella colecistopatia, ove combatte efficacemente lo spasmo, nei disturbi digestivi dipendenti da funzione epatica (azione colagoga) e nella dismenorrea. In medicina popolare è conosciuta anche come emmenagoga e, a dosaggi elevati, come abortiva. In passato, era utilizzata, nell'adulto, come antielmintica.

Il tujone agisce sul sistema nervoso centrale contrastando l'azione dell'acido gamma-aminobutirrico o GABA, un inibitore dell'attività elettrica neuronale. Le cellule nervose, non più protette dal GABA, subirebbero il bombardamento di una moltitudine caotica di impulsi e ciò determinerebbe uno stato di euforia, accompagnato da apparente lucidità, ma anche da allucinazioni, convulsioni e delirio.

**Altri usi:** è il principale ingrediente nella preparazione del distillato che veniva usato in particolare da artisti europei ed americani e che fu poi bandito nel XIX secolo a causa dei sospetti gravi problemi d'assuefazione che causava questa bevanda; soprattutto in Francia, l'assenzio è stato apprezzato come liquore, specie tra scrittori, artisti e bohémien. Era nota la sua proprietà di tonico nervoso, malgrado il suo uso prolungato inducesse un processo neurologico degenerativo e irreversibile (absintismo). L'assenzio viene prodotto ancora oggi ma con minori quantità di tujone, bevanda che si beve diluita e/o zuccherata.

**Controindicazioni:** dosi maggiori e l'uso prolungato possono indurre cefalea e vertigini, vomito, convulsioni per la presenza del tujone.

**Avvertenze:** è una pianta allergizzante.

**Curiosità:** il distillato d'assenzio veniva chiamato "Le péril vert" (il pericolo verde) o anche "La fée verte" (la fata verde) con riferimento al colore della bevanda e all'atmosfera "magica" in cui si perdevano le persone che lo consumavano.