

Rosa canina



Nome scientifico: *Rosa canina* L.

Nome inglese: dog rose

Famiglia: Rosaceae

Distribuzione: originaria dell'Asia e dell'Europa. Si trova soprattutto nelle zone collinari e montane di tutta Europa, Asia occidentale e settentrionale ed Africa del nord. È molto diffusa allo stato selvatico in boschi, terreni incolti, ai margini di strade. In Italia la regione in cui viene coltivata maggiormente la rosa canina è la Toscana. È stata introdotta e si è naturalizzata anche in America del Nord, Australia e Nuova Zelanda.

Descrizione: è un arbusto perenne dal portamento cespuglioso, alto 100 - 300 cm. Presenta un robusto apparato radicale. La parte aerea inferiore della pianta è formata da rami eretti dai quali si sviluppano numerosi rametti ricadenti. Rami e rametti, alti anche più di 2 metri, di colore verde intenso sono entrambi ricoperti di spine. Ha gemme svernanti poste tra i 30 cm e i 2 metri dal suolo. Le spine rosse sono robuste, arcuate, a base allungata e compressa lateralmente.

Le foglie, caduche, presentano un picciolo e sono composte da 5-7 foglioline, ovali o ellittiche, con margine seghettato.

I fiori, singoli o in gruppi di 2 o 3, sono delicatamente profumati e generalmente con petali di colore rosa pallido o rosa acceso. Presentano una corolla formata da 5 petali che contorna numerosi stami allungati giallo-paglierini. Hanno un corto peduncolo e generalmente superati dalle foglie. I sepalii laciniati, dopo la fioritura si piegano all'indietro e cadono in breve tempo.

I frutti sono degli acheni angolosi e pelosi, chiari, molto duri, racchiusi in falsi frutti carnosì, di forma ovale, i cinorrodi. Il colore dei cinorrodi vira dal verde tenue al giallo arancio passando infine al rosso rubino a completa maturazione nel tardo autunno.

Fioritura: da maggio a luglio

Frutto: achenio

Coltivazione: la moltiplicazione della rosa canina avviene per talea o per seme. La semina viene fatta all'inizio della stagione primaverile; prima di essere impiantati i semi subiscono un trattamento di stratificazione al caldo per 8-24 settimane e al freddo per lo stesso tempo. Si coltivano prima in vaso e, quando l'arbusto ha 2 o 3 anni, si trapianta in piena terra in primavera. Più usata è la propagazione per talea che si pratica nel periodo settembre-ottobre prelevando i getti laterali di un anno. Le talee si lasciano radicare, e a radicazione avvenuta si allevano in singoli contenitori per 2-3 anni, per poi trapiantare in piena terra nel periodo primaverile.

La rosa canina ama molto l'esposizione in pieno sole oppure a mezz'ombra. Il clima preferito è quello temperato ma resiste bene anche a temperature fredde. Il terreno a cui si adatta in modo particolare deve essere di tipo soffice, leggero, ricco di sostanza organica e, soprattutto, con un ottimo drenaggio. Necessita di un abbondante apporto di acqua soprattutto durante il periodo di fioritura e in estate, oppure in caso di grave siccità.

Droga: petali, cinorrodi e gemme

Tempo balsamico: maggio (petali), settembre-inizio novembre (cinorrodi)

Principi attivi: vitamina C, vitamina E, olio essenziale (citronellolo, geraniolo, nerolo, linalolo, pinene, mircene, esteri, aldeidi e chetoni), tannini, acidi organici, pectine, zuccheri, carotenoidi (rubixantina, licopina, β -carotene), flavonoidi e antociani

Impiego terapeutico: i frutti o cinorrodi sono molto ricchi in vitamina C, che ne fanno un ottimo coadiuvante negli stati carenziali e un valido presidio terapeutico nella prevenzione e nel trattamento delle affezioni invernali a carico dell'apparato respiratorio. Il processo di essiccamento distrugge però dal 45 al 90% di vitamina C, mentre nei frutti freschi il contenuto in vitamina C è più elevato così come nelle gemme utilizzate in gemmoterapia.

Il gemmoderivato viene utilizzato, soprattutto in età pediatrica, nella patologia infettiva dell'apparato respiratorio. Può aiutare inoltre ad aumentare le difese dell'organismo e viene consigliato nei casi di debilitazione.

La tintura madre esercita, oltre all'attività vitaminica, anche un'azione ipoglicemizzante, per cui può rientrare come coadiuvante nel trattamento del diabete.

La rosa canina è indicata come astringente intestinale, antidiarroico, vasoprotettore e antinfiammatorio. È un diuretico, e rientra nella formulazione di tisane rinfrescanti, spesso associata al karkadè. L'azione diuretica è utile anche per eliminare l'acido urico attraverso l'urina e prevenire, quindi, gli stati dolorifici dovuti alla gotta.

La ricchezza in flavonoidi, antociani e carotenoidi, ne giustifica ampiamente l'utilizzo, per uso topico, nel trattamento emolliente e protettivo della pelle, specialmente in presenza di alterazione del microcircolo, rientrando in formulazioni di prodotti emollienti, creme anti-aging, creme solari, creme per pelli delicate e sensibili in virtù dell'azione vasoprotettrice ed antiinfiammatoria.

L'essenza di rosa canina trova diversi impieghi in cosmesi. È però un prodotto costosissimo, se si considera che per produrre 300 grammi di olio serve circa una tonnellata di petali, per questo motivo oggi viene largamente sintetizzata. Circa il 96% dei profumi femminili e il 46% di quelli maschili contengono essenza di rosa. La sua acqua distillata è indicata per pelli delicate ed arrossate e come tonico astringente.

Altri usi: in cucina si utilizzano i cinorrodi freschi per preparare buonissime marmellate oppure essiccati per fare liquori. Con i petali si può produrre dell'ottimo miele rosato. In agricoltura i semi vengono utilizzati per preparare prodotti antiparassitari efficaci su diverse piante.

La rosa canina è pianta rustica coltivata a scopo ornamentale. Inoltre, gli steli costituiscono i portainnesti ideali per le rose coltivate.

Controindicazioni: la letteratura non segnala effetti secondari e tossici alle dosi terapeutiche, a meno che non vi sia una particolare sensibilità individuale. In caso di sovradosaggio si possono verificare sintomi a carico del sistema gastrointestinale quali nausea, spasmi, diarrea e vomito, ma anche mal di testa, debolezza e affaticamento.

Avvertenze: è sconsigliato l'uso di integratori a base di rosa canina in gravidanza o durante l'allattamento in quanto mancano ricerche scientifiche a riguardo.

Per il suo elevato contenuto di vitamina C la rosa canina non deve essere assunta in concomitanza con altre terapie farmacologiche, in quanto può diminuire l'efficacia dei farmaci o aumentarne la tossicità. Può interagire con le seguenti classi di farmaci: antiacidi, estrogeni, litio.

Anche se in minime quantità, la rosa canina contiene nichel. Per gli allergici a questa sostanza se ne sconsiglia l'uso.

Curiosità: è l'antenata delle rose coltivate. Deve il nome *canina* a Plinio il vecchio, che affermava che un soldato romano fu guarito dalla rabbia con un decotto di radici.

Narra la leggenda che Bacco, dio del vino, invaghitosi di una ninfa, desiderava conquistarla, ma ella fuggì finché non inciampò in un cespuglio. Per riconoscenza Bacco trasformò il cespuglio in rosa donandogli degli splendidi fiori del medesimo colore delle guance della ninfa.

La famosa acqua di rose, venne inventata da Avicenna, un celebre medico persiano, tra il IX e il X secolo.