

# FRAGARIA VESCA L. (FRAGOLA)

\* Alberto Bianchi

## **Fragaria vesca L. (Fragola)**

**Ordine:** Rosales

**Famiglia:** Rosaceae

**Etimologia:** *Fragaria*, da "fragum", nome della fragola presso i Romani.

**Altre denominazioni:** Fravola, Fraga, Fraula, Briachella, Magiustra, Fravela, Gagomula, Fraula sarvaggia, Mura de terra, Frola, Merello. Erdbeere (ted.), Strawberry (ingl.), Fraise (fr.), Fresa (spagn.).

### **DESCRIZIONE BOTANICA**

Pianta erbacea perenne alta da 5 a 25 cm, con lunghi stoloni aerei raramente radicanti. Fusti debolmente lignificati, i fioriferi brevi, pelosi.

**Foglie:** a rosetta che si sviluppano dal rizoma cilindrico, trifogliate con lungo picciolo munito di peli; foglioline obovate a margine fortemente seghettato, lucide sulla pagina superiore, lanuginose su quella inferiore.

**Fiori:** formati da un calice con 5 sepali verdi triangolari rafforzato da calicetto e corolla a coppa con 5 petali bianchi, riuniti in infiorescenze a corimbo 1-3 flore portate alla sommità.

**Frutti:** acheni ovali bruno-giallastri inseriti sul ricettacolo carnoso, ingrossato, a maturità rosso.

### **HABITAT**

Diffusa nelle zone temperate dell'Europa e dell'Asia. In Italia in boschi, faggete, pinete, abetine, luoghi erbosi, sentieri, soprattutto dalla zona submontana a quella alpina, fino a 1900 m.

### **FIORITURA**

Aprile-giugno

### **NOTE CULTURALI**

È per lo più coltivata nei giardini per scopi ornamentali e per piccole produzioni familiari. Predilige terreni freschi, leggeri, ricchi di humus e ben concimati (concimi organici), ben drenati perchè il ristagno d'acqua danneggia la pianta. Messa a dimora in ottobre-novembre o febbraio-marzo; gli stoloni radicanti ben presto invadono tutto lo spazio a disposizione. A livello industriale si coltivano diverse varietà.

### **DROGA**

La droga è costituita dalle foglie; si raccolgono anche rizoma e frutti.

**Tempo balsamico:** Aprile-maggio: foglie. Maggio-agosto: frutti. Ottobre-novembre: rizoma.

**Componenti principali:** Ellagitannini (pedunculagina, agrimoniina), flavonoidi, leucoantociani, acido ascorbico, tracce di olio essenziale. Nei frutti si trova acido salicilico sotto forma di etere metilsalicilico, vitamine A, B, C, zuccheri.

**Conservazione e trasformazione:** Le foglie si essiccano all'ombra, i rizomi al sole. Si conservano in sacchetti di carta o tela. I frutti appena raccolti si usano freschi o si trasformano in marmellate, succhi e sciroppi.

**Forma d'impiego:** Le foglie in infuso, enolito, alcolato; i frutti si consumano freschi, in succhi, gelatine, marmellate, liquori; il rizoma sotto forma di decotto, enolito e alcolato.

### **PROPRIETÀ E IMPIEGHI**

**Proprietà:** Antireumatiche, astringenti, diuretiche, depurative, aperitive.

**Impieghi terapeutici:** Impiegato solo nella medicina popolare in quanto, se si eccettua una blanda azione nei dolori artritici e reumatici, la sua efficacia non è ancora stata sufficientemente provata.

**Uso interno.** Per la cura di diarree, stipsi, catarri gastrointestinali, catarri delle vie aeree, gotta, reumatismi, calcolosi renale, malattie urinarie; inoltre in casi di anemia, di astenia generale e per un "dimagrimento naturale"; per disturbi epatici, itterizia, contro la renella, come antipiretico.

**Uso esterno.** Nelle eruzioni cutanee, infiammazioni della cute e delle mucose. In bagni per pelli sensibili e irritate.

**Altri impieghi:** In passato le foglie entravano a far parte di zuppe, minestre e frittate. In montagna si usavano per preparare una bevanda simile al "the svizzero". In cosmetologia il suo uso è di antichissima data soprattutto per maschere idratanti e nutrienti.

**Note:** Attenzione perchè la Fragola provoca in molte persone reazioni allergiche che si manifestano con ponfi dovuti a vasodilatazione e aumento della permeabilità capillare.

Si racconta che il famoso botanico svedese Carlo Linneo guarì dalla gotta tramite una cura a base di fragola.

le schede tecniche