

NEPETA CATARIA L. (CATARIA)
(Sin: *Nepeta vulgaris* Lamk., *Cataria vulgaris* Moench.)

* Alberto Bianchi



Nepeta cataria L. (Cataria)

***Nepeta cataria* L. (cataria)**

Ordine: Lamiales

Famiglia: Lamiaceae (Labiatae)

Altre denominazioni: Erba lattaia, Gattaria, Menta selvatica, Menta dei gatti, Menta Cataria, Ortica pelosa, Citruledda selvaggia, Katzenminze (ted.), Catmint (ing.), Catare (fr.), Nébeda (spagn.).

Etimologia: Nepeta forse dal latino *nepa*, "scorpione", in quanto si credeva fosse efficace contro la puntura dello scorpione; cataria dal latino *catus*, "gatto", perché attira i felini sui quali esercita un'azione eccitante.

DESCRIZIONE BOTANICA Pianta erbacea perenne alta 50-150 cm. Con odore gradevole di menta.
Fusti: villosi, biancastri, eretti e abbastanza ramificati.
Foglie: verdi grigiastre nell'epidermide superiore, bianche per la presenza di peli, nell'epidermide inferiore; lamina ovale-cuoriforme crenata, dentata; le superiori progressivamente ridotte.
Fiori: riuniti in infiorescenze a verticillastro all'ascella delle foglie; calice peloso, tubulare, terminante con 5 denti triangolari, corolla bianca, picchiettata di porpora, con labbro superiore diritto e bifido e l'inferiore concavo a tre lobi.
Frutti: tetracheni trigoni, bruni, lisci.

HABITAT Europa, Asia occidentale. In Italia diffusa su tutto il territorio. Assente in Sardegna. La si può trovare sulle macerie, lungo scarpate, siepi, terreni incolti da 0 a 1.200 m di altitudine.

FIORITURA Giugno-Agosto

DROGA La droga è costituita dall'intera pianta.
Tempo balsamico: Giugno - settembre.
Componenti principali: Olio essenziale contenente carvacrolo, nepetolo, tracce di pulegone, timolo, nepetalattone, acido nepetalico.
Conservazione e trasformazione: Si essicca in strati sottili all'ombra o appesa in mazzi in locale ombreggiato e areato. Si conserva in recipienti di vetro opaco.
Forme di impiego: Infusi, tinture.

PROPRIETÀ ED IMPIEGHI **Proprietà:** Antispastiche, carminative, aromatizzanti, emmenagoghe, stomachiche, toniche, aperitive, digestive, sedative, vulnerarie.
Impieghi terapeutici: Uso interno: è impiegata per sedare crampi allo stomaco e all'intestino, per la dismenorrea, per l'insonnia, in casi di eccitazione nervosa.
Uso esterno: Per disinfettare la cute, per purificare pelli impure e macerate dal sudore, per deodorare le estremità.
Altri impieghi: In America si vendono sigarette di foglie essiccate per curare il singhiozzo.
Usi popolari: Si usa masticare qualche foglia di cataria per produrre un effetto benefico sul mal di denti.

* UNIVERSITÀ DI PARMA
Dipartimento di Farmacia

Eleutero+
the energy shot



pietrucci bruno visual design www.pietrucci.it



Eleutero+

OME⁺STAT

**+ tono e resistenza
per stare in equilibrio**

Pratici sticks con estratti di Eleuterococco, Codonopsis, Tulsi e succhi di Aronia e Olivello spinoso.

 **FITOMEDICAL**
star bene è naturale

www.fitomedical.com

Fitomedical
Via Copernico, 5/7
tel 02 90781542
fax 02 90781996
20082 Binasco (MI)
info@fitomedical.com