

a cura di **Camilla Corradi**

LA NAZIONE DELLE PIANTE

Stefano Mancuso
144 pagine
2019, Editori Laterza

Le piante rappresentano la quasi totalità di tutto quello che è vivo, hanno letteralmente formato il nostro pianeta, e sono gli esseri dai quali tutti gli animali dipendono, uomini inclusi ovviamente; eppure ne conosciamo pochissimo e spesso ignoriamo quanto esse siano importanti per la vita sulla Terra e per la nostra personale, immediata, sopravvivenza. Come l'autore Stefano Mancuso – professore universitario e scienziato di fama internazionale, direttore del Laboratorio Internazionale di Neurobiologia Vegetale (LINV) dell'Università degli Studi di Firenze e membro fondatore dell'International Society for Plant Signaling & Behavior – spiega sin dal prologo: “percepando le piante come molto più prossime al mondo inorganico che alla pienezza della vita, commettiamo un fondamentale errore di



prospettiva, che potrebbe costarci caro”. Parafrendando le parole dell'autore, per cercare di ovviare alla scarsa consapevolezza e stima che abbiamo per il mondo vegetale, poiché noi uomini comprendiamo soltanto le categorie umane, questo libro (edito da Laterza) tratta le piante come se facessero parte di una nazione: la Nazione delle Pianta appunto. Essa rappresenta la più popolosa, importante e diffusa nazione della Terra e, costituita da ogni singolo essere vegetale presente sul pianeta, è la nazione da cui ogni altro organismo vivente dipende. “Ho immaginato che le piante” - scrive Mancuso - “come genitori premurosi, dopo averci reso possibile vivere e resesi conto della nostra incapacità a garantirci la sopravvivenza, corrano di nuovo in nostro soccorso, suggerendoci delle regole su cui costruire il nostro futuro di esseri rispettosi della Terra e degli altri esseri viventi per la sopravvivenza della nostra specie. Il libro tratta proprio di questo: degli otto fondamentali pilastri su cui si regge la vita delle piante”. Immaginare una costituzione scritta dalle piante e in loro vece è l'esercizio giocoso dal quale nascono dunque le pagine di questo libro. Si tratta di una costituzione breve che stabilisce delle norme che hanno come soggetto tutti gli esseri viventi. È questa comunità il soggetto della costituzione vegetale; non una singola o pochi gruppi di specie, ma tutta la vita nel suo insieme. “Rispetto alle nostre costituzioni che pongono l'uomo al centro dell'intera realtà giuridica in conformità a un antropocentrismo che riduce a cose tutto quanto non sia umano, le

piante ci propongono una rivoluzione”.

LE ERBE ANTI-CANCRO

Per prevenirlo, alleviare i sintomi e gli effetti collaterali dei farmaci

Fabio Firenzuoli, Francesco Epifani, Luigi Gori
288 pagine
2018, Edizioni LSWR

“Le erbe anti-cancro esistono e possono migliorare la vita del paziente. Alcune forniscono sostanze davvero utili a distruggere le cellule maligne e sono state già ben sperimentate. Ma bisogna sapere quali sono e stare attenti a non cadere in fake news che circolano sul web, spesso dedicate a piante che non hanno completato il processo di sperimentazione. Soprattutto, occorre stare attenti alle possibili cattive interazioni tra erbe e farmaci. Possono essere pericolose. E tutto questo può essere evitato”. Come non cadere in bufale, e come curarsi in maniera sana, senza incorrere in complicazioni, lo spiega il medico esperto di fitoterapia e fitovigilanza Fabio Firenzuoli - Direttore del CERFIT, Centro di Riferimento in Fitoterapia (Azienda Ospedaliero-Universitaria Careggi, Firenze) e coordinatore scientifico nonché docente del Master in Fitoterapia generale e clinica all'Università di Firenze - nel suo ultimo lavoro (edito LSWR) scritto insieme al matematico e docente aggregato di Economia e Organizzazione Sanitaria all'Università di Firenze Francesco Epifani, e al medico esperto in Fitoterapia e Agopuntura Luigi Gori.

Per la prevenzione, in particolare nei casi di alto rischio dovu-



to a familiarità, stili di vita poco sani, esposizione a sostanze tossiche. Per risolvere o alleviare alcuni sintomi come la stanchezza, la depressione, il dolore, la disappetenza. Per migliorare la risposta immunitaria dell'organismo contro il tumore. Per difendersi dalle bufale, sempre più diffuse, e usare solo rimedi di provata efficacia.

Questo libro mostra come un uso consapevole e informato delle erbe possa aiutare a prevenire l'insorgere del cancro, a potenziare le difese naturali dell'organismo, a migliorare la qualità della vita del malato. Illustra inoltre, in termini semplici e chiari, i risultati delle più recenti ricerche scientifiche sull'efficacia delle erbe nella terapia di alcuni tipi di tumore. Per praticità, gli autori hanno inserito nel libro due utili elenchi: il primo presenta in ordine alfabetico i disturbi più comuni accompagnati dalle erbe che possono prevenirli o combatterli; il secondo presenta invece le erbe medicinali potenzialmente utili, descritte in base al tipo di tumore. Un capitolo a parte è dedicato agli alimenti e alle erbe utili per la prevenzione e, a completare l'opera, una sezione interamente dedicata all'interazione con i farmaci, per essere sicuri che le erbe non interferiscano con la terapia.