

# ELICRISO ITALIANO



<b>NOME COMUNE</b>	<b>ELICRISO ITALIANO</b>
<b>NOME SCIENTIFICO</b>	<i>Helychrisum italicum</i>
<b>FAMIGLIA</b>	ASTERACEAE
<b>ORIGINE</b>	EUROPA MERIDIONALE
<b>DESCRIZIONE BOTANICA</b>	
• <b>portamento:</b>	Aromatica, perenne, suffruticosa, alta 30-50 cm, molto ramificata fin dal basso, con base lignificata. I fusti appena formati sono ricoperti da una peluria argentea. Presenza di numerosi fascetti fogliari alla base delle foglie.
• <b>foglie:</b>	Le foglie alterne, sessili, strette e lineari, di colore grigio-verde o grigio-cenerino, sono lunghe 3-4 centimetri e quasi filiformi con l'estremità rivolta verso il basso e ricoperte da fine peluria sulle due facce.
• <b>fiori:</b>	I fiori, tubolosi, profumati, ermafroditi, di colore giallo-oro, hanno una lunga corolla tubolare che termina con 5 lobi triangolari, sono riuniti in tanti piccoli capolini di colore dorato brillante. Tutte le parti della pianta sono fortemente aromatiche, in particolar modo i fiori.
<b>ESPOSIZIONE</b>	MEZZOMBRA - SOLE
<b>SEMINA</b>	DA MARZO AD APRILE
<b>FIORITURA</b>	DA APRILE A GIUGNO
<b>FRUTTO</b>	I frutti sono piccolissimi acheni piumosi, lucenti, bianchi, di forma cilindrica.
<b>RACCOLTA DEL SEME</b>	A FINE ESTATE, INIZIO AUTUNNO

Fonti

<https://www.sardegnaforeste.it/flora/elicriso#>

Altro

Come pianta officinale era già apprezzata in epoca greco-romana e nel medioevo. Recentemente non solo sono state confermate le virtù già note ma se ne sono scoperte altre: contiene un olio essenziale, acido caffeico, acido ursolico, resine, mucillagini e sostanze coloranti che nell'insieme prendono il nome di elicrisina. I diversi preparati a base di elicriso (estratto fluido, sciroppo, aerosol, tisane) possono trovare impiego nelle malattie dell'apparato respiratorio, nelle malattie reumatiche e allergiche, nelle malattie epatiche, nelle flebiti, nelle cefalee e perfino nelle ustioni e per curare i geloni.

Crediti

<https://bs.plantnet.org/image/o/064220b24ef3633c976829f85e4703af02b9eaf4>

<https://bs.plantnet.org/image/o/00b88d8c053428d1a997ee331f4af4cf80d86e79>

<https://bs.plantnet.org/image/o/73022e0bd158fc7d7d9b2ee769a18a0c4081e672>