

LAVANDA

Lavandula angustifolia Mill.

Sin: *Lavandula officinalis* Chaix, *Lavandula vera* DC.

Famiglia: Lamiaceae

Nomi comuni: lavanda, lavanda vera, lavanda officinale, lavanda a foglie strette, fior di spigo, spigo, fior di nardo, archemissa. Lavande vraie, L. à feuilles étroites, L. officinale (francese)

Nomi locali: *lavanda* (piemontese).

Parte utilizzata: sommità fiorite.

Fioritura: giugno-settembre

Distribuzione ed ecologia

E' una specie di origine mediterranea, ma è da così tanto tempo coltivata che non si è certi di quali siano le popolazioni spontanee e quali derivate da coltivazioni poi spontaneizzate. Attualmente questa specie di lavanda è presente in Piemonte, Veneto, Friuli-Venezia Giulia, Liguria, Toscana, Umbria, Lazio, Abruzzo, Campania, Basilicata, Calabria e Sicilia.

In Piemonte è presente allo stato spontaneo solo nelle zone più calde, nel Piemonte meridionale, e in alcuni nuclei nelle Alpi Marittime e Cozie, su rupi molto esposte e soleggiate. Pur essendo indifferente al pH del suolo, predilige terreni poveri di sostanze azotate, molto aridi e sassosi, soleggiate.

E' una pianta arbustiva, sempreverde, che negli areali originari vive nella macchia e nella gariga, ma si trova spesso coltivata, da 0 a 1800 m s.l.m

E' oggi coltivata in tutto il mondo temperato come pianta ornamentale, ma le colture commerciali sono sfruttate quasi per intero dall'industria dei profumi, dei saponi, dei cosmetici e della cura dei capelli.

Dalla *Lavandula angustifolia* si ottiene l'essenza più pregiata per l'uso officinale.

ALTRE SPECIE di lavanda:

Oltre a *Lavandula angustifolia* Mill., che si distingue per brattee membranose, rombico-acuminate, con 5-7 nervi, sono anche presenti nel nostro territorio:

Stecade (*Lavandula stoechas* L.) - Lavanda selvatica che si distingue per spiga fiorale sormontata da un ciuffo di brattee color violetto.

Lavanda dentata (*Lavandula dentata* L.) con foglie dentate e pennatosette, lanose nella pagina inferiore. Esotica naturalizzata.

Lavanda spica o spigo (*Lavandula latifolia* Medik. (sin. *Lavanda spica* DC) - che si distingue per brattee lineari-lanceolate, più lunghe che larghe e foglie spatolate. Ha proprietà analoghe alla Lavanda vera, di cui è considerata un succedaneo, anche se l'olio essenziale ricco di ossidi, si caratterizza per una scarsa attività antimicrobica.

Lavandino (*L. hybrida* Rev., ibrido naturale di *Lavandula angustifolia* x *L. latifolia*): in genere si presenta come una pianta più grande rispetto alla Lavanda vera. La resa dell'olio essenziale di lavandino è maggiore rispetto l'olio essenziale di *Lavandula officinalis*, ma è più penetrante e rubefacente, con profumo più acre.

Lavandula multifida L.- Lavandula dell'Egitto, che si distingue per foglie pennatosette.

Raccolta e preparazione

I fiori di lavanda si raccolgono in estate e si lasciano essiccare all'ombra.

Composizione

Contiene un olio essenziale dalla composizione complessa, e oltre altri 150 costituenti, tra cui linalolo e linalil acetato, cineolo, lavandulolo, acetato di lavandulile, canfora, idrossicumarine tra cui umbelliferone, tannini derivati dall'acido caffeico, acido rosmarinico. La composizione chimica varia da specie e da specie e da ibrido a ibrido.

Proprietà

Purificanti, antisettiche, balsamiche, sedative, antidepressive, antispasmodiche, antinfiammatorie, antipiretiche, colagoghe.

