

Centella Asiatica

Il termine asiatica spiega già l'origine geografica di questa pianta, che infatti cresce soprattutto in India e Malesia. In questi Paesi è nota anche come "*Erba della Tigre*" in quanto, leggende locali raccontano che questo animale si nutre e si rotola su di essa per accelerare la guarigione delle sue ferite.

La Centella Asiatica è una pianta erbacea, perenne, caratterizzata da un fusto rampicante con foglie a forma di rene, dentate, con un lunghissimo picciolo e piccolissimi fiori di un colore che va dal viola al rosso porpora. Vegeta nei terreni umidi e ombrosi, dalla pianura, alle medie latitudini.

Attualmente, a scopo farmaceutico e cosmetico, se ne fa oggi una coltivazione intensiva.

PARTI USATE

La parte attiva della pianta è presente nelle foglie che vengono raccolte con il lungo picciolo e quindi essiccate all'aria.

COMPONENTI E PROPRIETÀ FARMACOLOGICHE

La Centella Asiatica, secondo le ricerche scientifiche effettuate negli ultimi decenni, è valutata come una pianta dal ricchissimo contenuto in sostanze attive funzionali. Contiene infatti tannini (sino al 24-25%), un olio essenziale, di cui recentemente - 1981 - sono stati isolati tra l'altro eucaliptolo e canfora, mucillagini, pectine, acidi grassi (sia liberi, sia esterificati), fitosteroli (stigmasterolo, β -sitosterolo), flavonoidi, aminoacidi, mono- e disaccaridi, ioni metallici (K, Ca, Na, Mg). Le molecole più interessanti ai fini farmacologici e cosmetici sono soprattutto quelle triterpeniche, contenenti acido asiatico, acido madecassico, l'asiaticoside e il madecassicoside.

Nei paesi originari della pianta, l'uso della stessa nella medicina popolare è noto da secoli; ne riferiscono infatti le più antiche opere della medicina erboristica indiana. Col nome sanscrito *Manderkaparni*, la Centella Asiatica era considerata uno specifico medicamento **contro la lebbra** ed altre **gravi malattie cutanee**.

Era anche utilizzata nella preparazione di **elisir di lunga vita**, per ridare salute e giovinezza a corpi stanchi e debilitati, nonché nel trattamento di malattie mentali, per **umentare la memoria e l'intelligenza**.

La principale prerogativa della pianta è quella collegata alle sue straordinarie virtù cicatrizzanti. Dalla metà del secolo scorso in poi, vari ricercatori hanno effettivamente potuto valutare l'efficacia della Centella Asiatica a questo fine su soggetti affetti da lebbra e da varie altre gravi malattie della pelle (eczemi ribelli, lupus, psoriasi, ecc.) e su ulcere e ferite.

Alla Centella Asiatica - a parte le sopraricordate proprietà cicatrizzanti a livello cutaneo - si riconoscono altre attività: per uso interno come stomachico, diuretico, sedativo nervoso, stimolante cutaneo, ecc.

La Centella Asiatica Ã¨ prescritta anche sotto forma di succo mescolato con latte come **stimolante la memoria, depurativo del sangue** e nelle **malattie croniche della pelle** (eczemi, dermatosi).

Per uso esterno viene consigliata in medicina per curare ulcere di varia natura e ferite non cicatrizzanti.

In cosmetologia viene utilizzata quindi per la sua azione trofica e riparativa sul tessuto connettivo, nella preparazione di cosmetici (creme, latti, lozioni, gel) destinati al trattamento di **pelli sensibili, arrossate, acneiche, screpolate, atoniche, rilassate**, in prodotti **rassodanti** e **antismagliature** e nelle lozioni per capelli come **antiforfora**.