

EDERA

Edera Helix

L'**Edera** "Edera Helix" che appartiene alla famiglia delle araliacee, dal latino adhareo = aderisco, Ã una pianta estremamente resistente e di lunga vita. Un albero d'edera potrebbe vivere 500 anni o piÃ¹.

Ã una pianta comune che cresce ovunque (facilmente nei boschi) sia nella forma strisciante, sia aderente ai tronchi d'alberi.

PARTI USATE

Dell'edera si utilizzano le foglie e i rametti.

COMPONENTI ATTIVI

L'edera Ã una pianta ricca di principi attivi **stimolanti** e **vivificanti** che per lei stessa le permettono sopravvivenza e sviluppo anche in condizioni disagiate. Nelle preparazioni cosmetiche per uso esterno vitalizzano la pelle, la **rigenerano** e la **normalizzano**.

Contiene: saponine triterpeniche fra cui ederina e ederacoside, flavonoidi fra i quali rutina, fitosteroli, acido caffeico, acido clorogenico, carotenoidi, tocoferoli ed un elemento ad attivitÃ estrogena non bene identificato.

PROPRIETÃ

Per il suo contenuto in tensioattivi naturali, le saponine, veniva usato, nella tradizione popolare, sia come detersivo rinvigoriscente del colore, per tessuti delicati di lana e di seta blu scura o nera, sia come shampoo per capelli neri.

Esternamente svolge un'azione **anti-cellulite**, **anti-nevritica**, **anti-artrosica** e **anti-reumatica**.

In cosmesi vengono largamente usati gli estratti di edera nella forma idro e liposolubile, in creme, latti e gel ad azione **anti-cellulitica**, grazie alle proprietÃ combinate delle saponine, dei flavonoidi, dei fitosteroli, dell'acido clorogenico, caffeina e degli altri principi attivi contenuti in questa pianta.