



COLLIO SANITÀ

L'Anconito Mapello veniva impiegato per le sue proprietà antinfiammatorie e per alleviare problemi respiratori, grazie alle infusioni di foglie e rami. **L'Arnica Montana** era molto apprezzata per ridurre gonfiori e dolori muscolari, applicata esternamente sotto forma di pomate o impacchi. **L'Artemisia** trovava impiego in infusi per problemi digestivi e come rimedio contro i parassiti intestinali.

L'Assenzio era considerato un tonico stimolante, utile per migliorare l'appetito e combattere i disturbi dello stomaco, mentre la **Farfaro** e la **Felce Maschio** erano impiegate rispettivamente come rimedi per problemi respiratori e come diuretici o trattamenti per disturbi intestinali.

La pianta nota come **Serpillo** era utilizzata per alleviare dolori muscolari e articolari grazie alle sue proprietà antinfiammatorie. Il **Tiglio**, con i suoi fiori, era molto apprezzato come sedativo e antipiretico, utile a ridurre febbre e favorire il riposo.

Queste piante rappresentano un esempio di come le conoscenze tradizionali abbiano contribuito alla medicina naturale, spesso in modo complementare alle pratiche mediche più moderne. Oggi, molte di queste piante continuano ad essere utilizzate, anche se con metodi più scientifici, per il loro valore terapeutico.

IN ARCHIVIO

Negli archivi storici comunali la documentazione relativa ai metodi di cura ed eventualmente all'impiego di piante officinali si possono rinvenire per quanto riguarda **il secolo XIX** nel **titolo Sanità** o in fascicoli relativi a **Epidemie**, mentre per il **Novecento** documenti analoghi possono essere conservati nella **categoria IV Sanità ed igiene** o nella **categoria XI Agricoltura, industria e commercio**.



IN BIBLIOTECA

- Valeria Lugani, **Coltivazione delle piante officinali**, CLESAV, Milano, 1985
- Piero Camporesi, **Camminare il mondo, vita e avventure di Leonardo Fioravanti medico del Cinquecento**, Garzanti, Milano, 2007
- Maria Fiorella Coccolo, **I rimedi naturali della tradizione, le cure tramandate dalla saggezza popolare contro mal di testa, tosse, reumatismi**, Riza, Milano, 2007
- Carlo Cibaldi, **Testamento di un erborario**, Fondazione A. Canossi, Bovegno, 2008.
- Giorgio Brandolini, **Medicine etniche e tradizionali, erbe e rimedi dei popoli**, Macro, Diegaro di Cesena, 2008
- Rocco Carbone, **Planta medicamentum naturae: aromaterapia, gemmoterapia e fitoterapia**, Dibuono, Villa d'Agri, 2008.
- Angelo Arici, **“Usare quello che si aveva”: la medicina tradizionale e popolare**, in Bossini, Francesca (a cura), Valtrompia nell'altra storia. Donne, uomini, comunità, tradizioni, Roccafranca (BS), La Compagnia della Stampa Massetti Rodella, 2010, pp. 115-131
- Frank Meyer, Michael Straub, **Le magnifiche 11 piante officinali**, Tecniche nuove, Milano, 2015
- Silvana Nicola, Grazia Maria Scarpa (a cura di), **Le piante officinali, produzione e prima trasformazione**, Edagricole, Milano, 2022
- Thomas Easley, Steven Horne, **Il ricettario erboristico moderno, una guida ai preparati con proprietà terapeutiche**, Piccin, Padova, 2023
- Elisa Giubileo, **Botanicals, gli effetti fisiologici delle piante medicinali secondo la normativa vigente**, Tecniche nuove, Milano, 2023
- Monika Niehaus, Michael Wink, **Come trasformare gli uomini in maiali, piante psicoattive e veleni in antichi miti e leggende**, Odoya, Bologna, 2023
- Caz Hildebrand, **La grammatica delle erbe**, Gribaudo, 2023
- Silvia Maria Nepote Fus, ESCO, **Erbe Spontanee Commestibili e Officinali**, L'Età dell'Acquario, Torino, 2023
- Cecilia Lattari, **Il giardino segreto della strega, strumenti, piante, pratiche e incanti**, Vivida, Milano, 2023
- Mimi Prunella Hernandez, **Erbario, guida completa alle piante officinali e ai loro benefici**, White Star, Novara, 2025