

A close-up photograph of Eucalyptus leaves and buds. The leaves are long, narrow, and have a silvery-green color with prominent veins. The buds are small, pointed, and have a reddish-pink hue. The background is blurred, showing more of the plant's structure.

# L'essenza

Le foglie di Eucalipto contengono flavonoidi e un olio essenziale che ha notevoli proprietà curative



**Prof.ssa Elisabetta Miraldi**

*Docente di Biologia Farmaceutica  
Università degli Studi di Siena*

**Dott. Marco Biagi**

**Dott.ssa Anna Rosa Magnano**

*Università degli Studi di Siena  
Dipartimento di Scienze Fisiche, della Terra e dell'Ambiente  
U.O. Biologia Farmaceutica*

# che cura

**L'**Eucalipto, il nome scientifico è "Eucalyptus globulus Labill.", è un maestoso albero che, come gli altri della famiglia delle Myrtaceae, ha come principale caratteristica la presenza in tutti gli organi di numerose tasche contenenti il ben noto olio essenziale che produce importanti benefici per la nostra salute.

**Nella Cina Antica l'Eucalipto era considerato un rimedio per la Tuberculosis polmonare e l'Asma**

Il genere "Eucalyptus" è una specie esclusiva e caratteristica del continente australiano e di alcuni territori limitrofi, dove è presente con più di 600 specie, ma si trova anche in Italia, principalmente sulle coste centro-meridionali e nelle isole.

Molti esemplari di Eucalipto vennero piantati durante le bonifiche delle paludi (in Maremma ad esempio) perché, essendo un albero a crescita veloce, assorbe moltissima acqua dalle radici, asciugando il terreno; inoltre il suo olio essenziale tiene lontani gli insetti e in particolare le zanzare, anche la zanzara anofele della Malaria: da qui il nome di "Albero della Febbre".



**L'olio essenziale di Eucalipto è indicato per uso interno nelle Malattie da raffreddamento, in particolare in caso di accumulo di muco**

### Ha due tipi di foglia

L'albero è caratterizzato da una curiosa particolarità: lo stesso esemplare porta due tipi diversi di foglia; si distinguono infatti foglie di rami giovani e foglie di rami adulti. Le prime si formano sulle piante di un anno di vita o anche dopo, ma allora su ramificazioni giovani; sono opposte, generalmente sessili, cioè senza picciolo, di colore verde chiaro. Le seconde si formano dopo il primo anno di vita ad ogni stagione vegetativa; sono alterne, tutte lungamente picciolate, con una lamina a forma di falce, molto caratteristica.

### Un albero senza ombra

Le foglie adulte falciformi che, se strofinate, rilasciano l'intenso tipico aroma, pendono verso il basso in posizione verticale per torsione del picciolo, così che il sole non investa mai appieno le lamine, ma le raggiunga sui bordi, in modo da evitare un surriscaldamento. Questo fa sì che le foglie creino poca ombra ed infatti l'Eucalipto viene anche chiamato "l'albero senza ombra".

Anche i fiori di questo bellissimo albero hanno una forma caratteristica simile ad un'urna ed i petali for-

mano una specie di cappuccio che al momento della fioritura si distacca, lasciando apparire una corona di stami giallo-biancastri simili ad una spazzola rotonda. Il nome Eucalipto deriva dal Greco "eu" che significa "bene" e "kalyptos" la cui traduzione è "nascosto" e si riferisce al bocciolo del fiore racchiuso in una capsula coperta da un opercolo che si distacca quando il bocciolo si schiude.

### Usi tradizionali e antichi

Gli aborigeni nativi dell'Australia utilizzano tradizionalmente le foglie di Eucalipto per curare febbre, infiammazioni, lesioni e per prevenire il cancro. Nella Cina Antica l'Eucalipto era considerato un rimedio per la Tuberculosis polmonare e l'Asma. Gli Europei scoprirono l'albero di Eucalipto solo intorno al 1790 durante la prima spedizione Australiana del Capitano James Cook.

Le foglie di Eucalipto sono cibo preferito del koala, che si alimenta solo di alcune delle oltre 600 specie presenti in Australia. Purtroppo la sopravvivenza di questi simpatici marsupiali è oggi a rischio, poiché gran parte delle foreste di Eucalipto sono state abbattute per ottenere terreni agricoli più redditizi per l'uomo.

### La foglia contiene flavonoidi

La parte utilizzata in terapia è costituita dalle foglie falciformi essiccate a sviluppo completo di alberi non troppo giovani di "Eucalyptus globulus". Le foglie contengono flavonoidi e un olio essenziale, che rappresenta il principio attivo più efficace. Esse, sollevate alla luce, appaiono come tempestate di tanti minuscoli puntini, che non sono altro che le tasche contenenti l'olio essenziale.

Le foglie devono essere raccolte in giugno-luglio o in settembre-ottobre: si staccano ad una ad una e si elimina il picciolo. Si essiccano all'ombra e in luogo aerato. Si conservano in recipienti di vetro al riparo dalla luce.

### Utile in caso di raffreddore

Una semplice ricetta per il raffreddore prevede 2-3 g di foglie in 150 ml di acqua molto calda (infuso). Con questo infuso si possono eseguire inalazioni o se ne possono somministrare 3 tazze al giorno.

Per via orale l'infuso è anche in grado di indurre la sudorazione, stimolare la funzione renale ed inibire i microrganismi nelle mucose bronchiali e nei seni nasali.

## Migliora la funzione digestiva e si può usare come disinfettante

Un altro gruppo di disturbi per cui questo rimedio risulta utile sono i problemi fermentativi a livello gastrico; in caso di fermentazione, eruttazioni maleodoranti, dispepsia atonica, due o tre tazze di infuso al giorno possono eliminare o ridurre le popolazioni di lieviti e batteri.

A livello locale, l'infuso concentrato è ottimamente antisettico e astringente, e può essere utilizzato come leggero disinfettante.

## L'olio essenziale

L'essenza si estrae per distillazione in corrente di vapore e, per ottenere una buona resa, si devono utilizzare solo foglie falciformi di rami adulti; da evitare le foglie dei rami giovani con resa molto inferiore e diversa composizione.

L'olio essenziale è costituito da una miscelanza di prodotti volatili di cui il più abbondante (almeno il 70%) è l'eucaliptolo (1,8-cineolo); l'essenza contiene inoltre terpineolo, alfa-pinene, p-cimene e piccole quantità di sesquiterpeni come ledolo, aromadendrene e viridiflorolo; aldeidi, chetoni e alcoli.

## Cura le Malattie da raffreddamento

L'olio essenziale di Eucalipto è indicato per uso interno nelle Malattie da raffreddamento delle vie aeree; l'eliminazione dell'essenza avviene sia attraverso il rene, attraverso il metabolismo ossidativo, che tramite il polmone: il respiro acquista profumo di Eucalipto e le urine un caratteristico profumo di violetta.

In particolare è utile nelle Malattie da raffreddamento con accumulo di muco, come la Patologia polmonare cronica ostruttiva, tipica dei forti fumatori. L'essenza di Eucalipto è infatti in grado di stimolare e rendere più fluide le secrezioni mucose, determinare un effetto broncodilatatore e un'important

te azione antinfiammatoria, con miglioramento significativo rispetto alla sola terapia convenzionale.

Per uso esterno è utilizzato nei disturbi reumatici, e nelle dermatiti; per via cutanea è soprattutto antisettico ed iperemizzante (migliora l'irrorazione sanguigna). Assai utilizzata la via inalatoria nelle Malattie da raffreddamento.

## Le dosi consigliate

Per uso interno si possono utilizzare 0,3-0,6 g di essenza al giorno. Per uso inalatorio 3-5 gocce di olio essenziale in 3 ml di soluzione fisiologica. Per uso esterno dal 5 al 20% in preparati oleosi o semisolidi; dal 5 al 10% in preparati idroalcolici.

## Controindicazioni

Per uso interno è controindicato nelle Malattie infiammatorie del tratto gastro-enterico e delle vie biliari e nelle epatopatie gravi.

## Le foglie di Eucalipto contengono flavonoidi e un olio essenziale, che rappresenta il principio attivo più efficace

Per uso esterno è da evitare nei neonati e nei bambini piccoli; le preparazioni a base di Eucalipto non devono essere applicate nella zona del viso e in particolare del naso. Vengono infatti segnalati laringospasmo ed eccitazione centrale.

Effetti indesiderati come vomito, nausea, irritazioni gastriche e renali si segnalano, specialmente nei bambini, anche dopo un consumo eccessivo di caramelle a base di Eucalipto essenza.

## Interazioni con altre sostanze

L'1,8-cineolo è un induttore enzimatico cioè, agendo sugli enzimi, è in grado di accelerare la trasformazione delle sostanze esogene (provenienti dall'ambiente esterno). In particolare è un induttore del P450 (enzima deputato alla disintossicazione dell'organismo). Quindi nel caso della somministrazione concomitante di farmaci, è possibile doverne aumentare la posologia, che va poi ridotta allorché si elimini l'induttore.

Nota interessante per gli asmatici: è bene lavare la biancheria con detersivo e olio di Eucalipto poiché riduce di moltissimo la carica di materiali allergenici. ●

