

Il Pungitopo

Il Pungitopo, quando non si chiamava ancora così, a causa delle sue spine pungenti, era una pianta che tutti evitavano nel bosco. Un giorno il povero pungitopo se ne stava solo soletto e si guardava intorno; si accorse allora che il lupo cattivo stava per dare la caccia ad un povero leprottino, che, ignaro, saltellava lì d'intorno. Per fortuna passò un topolino; l'arbusto lo punse e, quando il topino si rigirò adirato ed offeso, il Pungitopo gli disse di avvertire il leprotto e di farlo venire lì vicino in modo che lui lo potesse proteggere. Il topolino quando capì le buone intenzioni della pianta corse dal leprotto e lo mise in guardia, dicendogli di correre verso il Pungitopo. Così fece e la pianta allora, amorevolmente, lo circondò con i suoi aculei, facendo attenzione a non fargli male. Il lupo arrivò trafelato e pensò di fare della piccola pianta e del leprotto tutto un boccone; ma non aveva fatto i conti con i suoi pungiglioni, che gli si conficcarono nella lingua e nel palato, facendolo sanguinare e costringendolo ad una disonorevole ritirata con la coda tra le gambe. Così il leprotto fu salvo. Tante gocce di sangue rimasero sull'arbusto e qualcosa di magico, poi le trasformò in tante piccole bacche rosse, che da allora in poi ricordano a tutti il sangue del lupo, ma soprattutto la buona azione della piccola pianta, che proprio per questo, da quel momento venne chiamata ... Pungitopo.

Di leggende sul Pungitopo ce ne sono molte; questa mi è sembrata la più tenera e la più adatta per cominciare a parlare di questa strana pianta dei nostri boschi. Si tratta infatti di un basso cespuglio. La si trova un dappertutto in Italia ed è tipica della macchia mediterranea. È una pianta strana, perché, nonostante che sia verdissima è una pianta, praticamente senza foglie, infatti quelle che sembrano foglie attaccate ai rami in effetti sono rami anch'essi, deformati e con una cuspidata pungente che si sono adattati a svolgere anche la funzione clorofilliana. Si chiamano cladodi o fillocladi (da fillon = foglia e clados = ramo). Sono loro che sostituiscono le vere foglie, che la pianta conserva nelle parti sotto terra, ridotte però a relitti, a piccole brattee prive di clorofilla. La pian-

ta visibile prende origine da un rizoma (fusto) sotterraneo che si accresce orizzontalmente e dal quale nascono germogli aerei detti turioni che poi diventeranno i rami principali della pianta. Ma le curiosità botaniche del Pungitopo non finiscono qui, anzi ... Intanto si tratta di una specie dioica, ovvero di una specie che per riprodursi ha bisogno di individui maschili e di individui femminili, ovvero alcune piante sono maschio e altre piante femmina. A primavera sbocciano i fiori che curiosamente sbocciano su quelle strutture che a prima vista sembrano foglie, ma che invece sono, i fillocladi ovvero i rami e quindi è giusto che i fiori sboccino lì. Naturalmente sulle piante maschio sbocciano i fiori maschili e sulle piante femmina quelli femminili. Si tratta di fiori diversi anche se entrambi i tipi sono di colore biancoverdognolo ed hanno ognuno sei tepali, tre più grandi esterni e tre più piccoli interni. Dopo l'impollinazione dai fiori femmina e quindi solo sulle piante femminili si formano i frutti, che maturano lentamente e diventano rossi solo all'inizio dell'inverno, sono le bacche per le quali il pungitopo è famoso. Non meravigliamoci quindi se, nelle nostre passeggiate nel bosco, molti Pungitopi, sono solo verdi e pungono, ma non hanno bacche, quelli sono i maschi.

Il nome botanico di questa pianta è *Ruscus aculeatus* L.; si chiama però comunemente Pungitopo perché per davvero aveva la funzione, di tenere lontani, proprio per i suoi aculei, i topi dalle derrate alimentari. Veniva messa intorno al formaggio messo a stagionare, oppure alla base dei pali dove erano appese le pannocchie di granturco.

Il pungitopo ha una storia molto antica; si ipotizza che questa specie fosse già sulla terra alcuni milioni di anni fa, nell'era terziaria in un ambiente caldo umido. Oggi ha molte delle caratteristiche tipiche di piante tropicali: (dioicismo, ciclo riproduttivo molto lungo, un potente rizoma, solo due semi per frutto, ma duri e

tenaci in grado di mantenersi per lungo tempo). Queste caratteristiche sono quelle che hanno permesso alla specie di adattarsi a periodi difficili, come glaciazioni ed ere interglaciali, con variazioni di clima e di ambiente. Per questi ed altre prerogative la pianta si è adattata tranquillamente ad una vasta fascia di tutto l'ambiente mediterraneo. Nei nostri boschi è una pianta spontanea, cresce molto bene in zone ombrose associato a felci ed ellebori, ma viene anche coltivata con successo.

Da sempre è presente alle nostre latitudini tanto che spesso se ne trova traccia nelle antiche opere letterarie; per esempio Virgilio la cita sia nelle "Bucoliche" che nelle Georgiche ma è Plinio il Vecchio che ne parla diffusamente annotando anche che, sia i Greci che i Romani utilizzavano i rami del *Ruscus* per servirsene legati a mazzi, come granate per spazzare le vie della città. È probabile che questa utilizzazione sia stata esportata anche in area anglosassone tanto che in lingua inglese il Pungitopo è conosciuto con il nome "Butcher's broom" = "scopa del macellaio".

È però una pianta che non è stata apprezzata solo per le sue particolarità ornamentale, ma da sempre soprattutto per le sue proprietà medicinali, che l'hanno fatta sempre apprezzare, nell'ambito della farmacopea antica, ma anche recente. Già Plinio il Vecchio, sempre lui, ma anche Galeno, la raccomandano per le sue proprietà diuretiche e per la sua capacità di favorire il flusso mestruale.

I principi attivi contenuti nel suo rizoma (ruscogenina, neuroscogenina, rutina associati a tannini, resine, Sali minerali e oli essenziali) sono efficaci vasocostrittori e hanno proprietà antiinfiammatorie e diuretiche. Per questo il rizoma viene utilizzato per preparare, sotto varie forme medicamenti che possono curare i disturbi circolatori, con particolare riguardo a quelli collegati con l'insufficienza venosa.

Ma si utilizza efficacemente anche per preparare creme che proteggono la pelle dal vento, dal sole e dagli sbalzi termici; è anche indicato per combattere la cellulite. Il rizoma, al fine delle preparazioni farmaceutiche, che comunque devono essere compiute da personale qualificato, viene raccolto tra settembre e novembre, alla fine dell'estate, quando è ricco di tut-

te le sostanze e quindi, prima che la pianta ne utilizzi per i propri fini, i componenti ammassati nei suoi tessuti, proprio come "riserva", per i mesi invernali.

Sembra impensabile, ma il Pungitopo si può anche mangiare o almeno alcune sue parti. I giovani germogli, infatti, di sapore amarognolo, vengono, o forse, meglio, venivano, lessati e mangiati come asparagi. Del resto anche questi, come gli asparagi sono i "turioni" della pianta. Sempre in passato, quando il caffè era un prodotto "coloniale" di "importazione" quindi di lusso, con i semi del Pungitopo (ce ne sono due per bacca) dopo averli tostati, si preparava uno dei tanti "surrogati" appunto del caffè, a quei tempi molto diffusi.

C'è un altro utilizzo alimentare legato alle preparazioni erboristiche antiche e famose: è quello della "pozione delle cinque radici" un aperitivo preparato con le radici del Sedano, del Prezzemolo, dell'Asparago, del Finocchio e anche, naturalmente, del Pungitopo. Un uso "tradizionale" di, economia domestica, era quello di utilizzare grossi mazzi di questa pianta legati a delle corde per farli scorrere all'interno delle canne fumarie per togliere la fuliggine.

Ma oggi, specialmente sotto Natale, il Pungitopo assume valori diversi. È il simbolo della luce e del buon auspicio, una promessa di abbondanza e fecondità. Il periodo di maturazione delle sue bacche coincide con il solstizio d'inverno, con il periodo della rinascita del sole, con il nuovo inizio di tutte le cose. Una leggenda cristiana vuole che le "foglie" rievocano la corona di spine del Cristo e le bacche il rosso del suo sangue e per i credenti la "nuova vita" nasce proprio da quel sangue. Il Pungitopo allora forse in questo senso può rappresentare davvero l'anticipazione del Natale cristiano.

Ma in tutte le culture e in tutte le religioni è una pianta "positiva" adatta a scacciare con le sue spine ogni sorta di maleficio e quindi in assoluto beneaugurante. **PITINGHI**

*P.s. attenzione! *Ruscus aculeatus* (il Pungitopo) è SPECIE PROTETTA perché è essenziale per la salute del bosco. In passato è stata oggetto di eccessiva raccolta dovuta all'utilizzazione del rizoma in campo medicinale.*

Si può coltivare, quindi non si può cogliere!!