

NOME SCIENTIFICO:

NYPHAEA ALBA Linneo

SINONIMO:

NOME COMUNE:

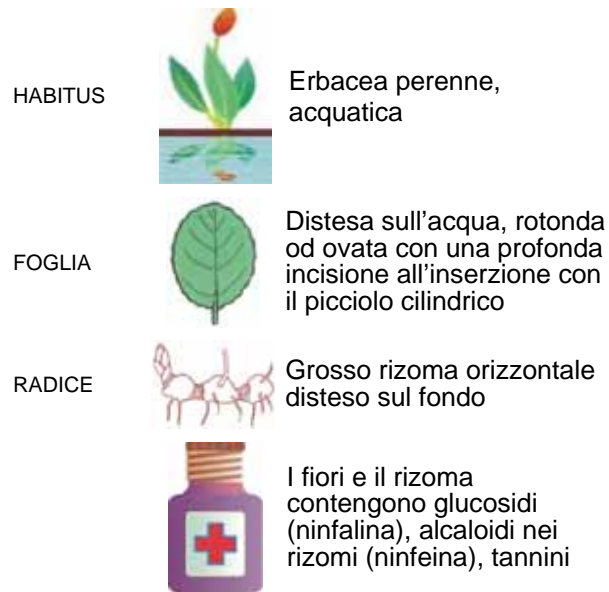
Ninfea bianca, Ninfea comune

FAMIGLIA: *Nymphaeaceae*

ORIGINE: Europa

ALTEZZA: m 1-3

FIORITURA: Estate



Pianta erbacea perenne, acquatica, rizomatosa, originaria dell'Europa, vive in acque profonde m 1-3. E' l'unica specie a fiori grandi che cresce allo stato spontaneo negli stagni e nei laghi italiani. Ha un grosso rizoma, disteso orizzontalmente sul fondo, carnoso e coperto dalle cicatrici dei piccioli delle foglie; inferiormente possiede numerose radichette sottili. Le foglie, glabre, hanno un picciolo cilindrico più o meno lungo secondo l'altezza dell'acqua (1 metro o più); il lembo fogliare è disteso sulla superficie dell'acqua, è rotondo od ovale con una profonda incisione all'inserzione con il picciolo. I fiori, solitari, hanno un lungo peduncolo, possono arrivare fino a 20 cm di diametro ed emergono appena dalla superficie dell'acqua; i quattro sepali sono ovali lanceolati e coriacei, verdi di fuori e bianchi internamente; i 20-25 petali sono bianchi e oblungi: gli esterni sono più lunghi degli interni. Il frutto è una capsula ovoidale che matura sott'acqua poiché il fiore, dopo la caduta dei petali, affonda e la maturazione avviene nel fango del fondo; la capsula contiene numerosi semi ovali.

Ripresa: (pp. 1-2): *Giardini botanici di Villa Taranto, Pallanza (Verbania), Lago Maggiore*; (pp. 3-4): *lagnetto di Ganna (Varese)*; (pp. 5-7): *Lago Segrino (Lecco)*



Contiene glucosidi (ninfalina), alcaloidi nei rizomi (ninfeina), tannini. Questa meravigliosa pianta acquatica ha valide prerogative che sono almeno pari alla bellezza dei fiori e delle foglie, tuttavia la raccolta delle sue parti medicinali, e cioè fiori e rizomi, è sconsigliabile perché è distruttiva, difficile e pericolosa. Nell'uso erboristico i rizomi della Ninfea si impiegano, per via interna, come astringenti intestinali generici, ma anche come sedativi generali e dello stimolo sessuale in particolare. Per uso esterno si utilizzano per la loro azione astringente, antinfiammatoria ed emolliente. I rizomi ben maturi sono stati usati come alimento ricco di amidi; tuttavia, per la presenza di alcaloidi, anche l'uso di questi va avallato dal medico. Anche i fiori hanno impiego tradizionale per le proprietà sedative, per uso interno, nonché antinfiammatorie intestinali e renali; sono anche utili per i catarrhi bronchiali.

