Lo sapevate che le foglie di ulivo…

Lo sapevate che le foglie di ulivo vengono impiegate per il trattamento dell'ipertensione grazie alla loro azione vasodilatatrice… Non ci sono studi certi, è vero, ma è vero anche che una volta essiccate, per tradizione contadina vengono utilizzate per stabilizzare gli stati di ipertensione.

A conferma di quanto scritto sopra, non hanno peso solo le tradizioni popolari.

Dovete sapere che ho contattato molte persone prima di scrivere quanto state leggendo. I più non sapendo cosa rispondermi, si limitavano a chiedermi di tenerli aggiornati dalle eventuali risposte alle mie ricerche. In realtà non ho scoperto nulla di nuovo, l'unica cosa certa è che l'Italia ha più di 530 tipi di cultivar, con una conseguente naturale vocazione, per una pianta come quella di ulivo, conosciuta per sue proprietà e per i suoi impieghi terapeutici fin dalle antichità da tutti i popoli del bacino del mediterraneo.

A tal proposito devo ringraziare per il supporto il **Dr. Fausto Mearelli,** di Lama San Giustino in provincia di Perugia. La lettura dei testi che mi ha inviato è stata utile per comprendere al meglio la questione.

Fu il **Dr. Mazet**, un medico di Nizza, che iniziò la sperimentazione delle foglie di ulivo nel 1938, utilizzandole con successo dopo averle testate per la cura di 38 suoi pazienti ipertesi. Venne somministrato loro un decotto, ottenuto facendo bollire 20 gr. di foglie di ulivo in 300 cc. d'acqua, ridotto fino al volume di 200 cc. Su 38 pazienti, 30 si stabilizzarono ottenendo un netto miglioramento in positivo, sui precedenti valori pressori. Queste esperienze vennero poi anche consolidate

dalle ricerche dell'Italiano **Dr. Di Nunno**.

Detto questo… perché mai non provare a curare l'ipertensione anche con il decotto delle foglie di ulivo! O siamo forse troppo pigri da preferire una pillola a un infuso?! Certo, a volte è necessaria, ma… che ci costa tentare?!

In fondo oggi vi ho raccontato solo una storia di terapie naturali… una storia che ci può fare solo bene alla salute!

A' piedi del vecchio maniero che ingombrano l'edera e il rovo,

dove abita un bruno sparviero… a' piedi dell'odio che, alfine,

solo è con le proprie rovine, piantiamo l'ulivo!

Giovani Pascoli da "Canzone dell'ulivo"

Fonti: *"L'Olivo come pianta erboristica"*

Prof. Andrea Fabbri della Facoltà di agraria – Università di Parma

Dr. Maurizio Pedrazzini Erborista – Parma