

L'AGRIFOGLIO: PAESAGGI ED ETNOBOTANICA

Nome scientifico: *Ilex aquifolium* L.

Nomi comuni: *agrifoglio, aquifoglio*

Nomi popolari: *Common holly, European holly, Little leaved linden* (inglese), *Houx* (francese), *Europäische Stechpalme* (tedesco)

Nomi locali: *engreno, grivul, agrevu, malagrivo, spinaföi* (e analoghi), *mariföi* (dal patois provenzale "foglia cattiva"), *agrifögiu* (in Appennino)

Famiglia: *Aquifoliaceae*



Alberello di agrifoglio

Botanica

Il nome scientifico del genere *Ilex* riconduce al nome latino del leccio, una specie di quercia, per la somiglianza delle foglie dell'agrifoglio a questa specie (da cui alcuni suoi nomi popolari come *leccio*

spinoso o *alloro spinoso*), mentre *aquifolium* indica la caratteristica della foglia, dal margine spinoso (*acus* "ago" o anche per alcuni *acer* "acuto" e *folium* "foglia").

Il genere *Ilex* comprende oltre 560 specie di piante da fiore nella famiglia delle *Aquifoliaceae* ed è l'unico genere vivente in quella famiglia.

Le varie specie di *Ilex* sono alberi, arbusti e rampicanti, perlopiù sempreverdi, distribuite dai Tropici alle zone temperate di tutto il mondo; alcune di esse sono anche decidue e quindi perdono le foglie (ad esempio *Ilex verticillata* e *Ilex serrata*), ma il nostrano *Ilex aquifolium* è un grazioso **sempreverde**.

Tranne gli esemplari vetusti, si presenta come un piccolo albero, alto sino a 8-10 metri, più spesso un **arbusto**.

La chioma è stretta e conica, fitta, con ramificazioni irregolari da giovane e manifesta una crescita assai lenta, ma l'albero è molto longevo e può arrivare a essere **plurisecolare**. La corteccia da giovane è verde e sottile, a maturità diventa grigia e liscia, mantenendosi tale anche nei vecchi esemplari.



La corteccia dell'agrifoglio

L'agrifoglio è una pianta dioica, ovvero sia i fiori maschili che quelli femminili, piccoli e a gruppetti, bianco-verdastri e piacevolmente profumati, sbocciano in primavera, ma su esemplari differenti.

Le foglie sono alterne, sempreverdi, persistenti (durano mediamente 2-3 anni), ovali, a margine intero o, specialmente in basso e nei giovani soggetti, ondulate e con spine acuminate, coriacee, quasi cuoiose, di colore verde cupo lucido sulla pagina superiore, verde più chiaro e opaco su quella inferiore.



Fiori di agrifoglio

La caratteristica curiosa è che le foglie presentano anche uno sviluppato **polimorfismo**; alcune hanno lamina ovale o ellittica, ondulata, con margine spinoso (generalmente queste si ritrovano sui rami inferiori), mentre altre (localizzate in genere sui rami superiori e sui polloni) hanno lamina intera e acuminata solo all'apice.

La produzione di foglie spinose è per la pianta una **risposta difensiva** plastica, indotta dalla brucatura dei mammiferi. Gli arbusti brucati tendono poi a mostrare una ridotta crescita annuale dei germogli e una maggiore ramificazione e tendenza a produrre foglie con un'elevata spinescenza. La ricrescita stessa sui rami brucati è caratterizzata da una maggiore spinescenza fogliare rispetto ai rami non brucati.

La spinescenza, quindi, rappresenta una difesa naturale della specie contro il morso degli animali, pertanto essa è presente soprattutto nei rami più bassi, mentre le foglie alte sono in genere a margini lisci; pertanto l'albero si protegge solo quando ha necessità di farlo.

Meritano attenzione le caratteristiche e decorative **bacche rosse** che allietano le decorazioni natalizie, ma sono velenose per l'uomo, seppure ricercate dagli uccelli come cibo invernale.

Ecologia e paesaggi

L'agrifoglio è una specie sciafila (amante dell'ombra), esige buona umidità dell'aria e si adatta a vivere su vari tipi di suolo, da asciutto a fresco, a diversa reazione, ma con predilezione per i pH acidi, anche sulle cenge e fessure delle rupi, dai 200 ai 1000 metri e oltre.

In Europa si spinge a Nord fino alla Gran Bretagna e alle porzioni più esterne della Scandinavia, a Est al Mar Nero e al Caucaso, a Sud giunge sino all'Africa settentrionale.



Le foglie basali spinose dimostrano la capacità di adattamento dell'agrifoglio

In Italia è presente in tutte le regioni, anche se ormai è raro allo stato spontaneo; vegeta nelle faggete, negli abieti-faggeti e nei quercu-carpineti, solitamente nello strato arbustivo, mentre all'aperto assume in genere un portamento arboreo; forma popolamenti nelle faggete meridionali ed è comune in Sardegna.

Non si può invece affermare che sia una specie caratterizzante il nostro paesaggio, poiché in Piemonte l'agrifoglio è sporadico o decisamente raro in quasi tutte le valli dell'arco alpino, anche se si trova con maggiore frequenza nella zona più piovosa, compresa fra il Lago d'Orta e il Lago Maggiore. In particolare, allo stato spontaneo lo si può trovare in ambienti forestali come castagneti (come specie invadente del sottobosco nel Piemonte settentrionale), nelle faggete eutrofiche e appenniniche, nell'abetina eutrofica (raro, solo in Valle Pesio).

Pur essendo **specie sporadica**, se ne trovano popolamenti di tipo rupicolo a Verbania, nella Valle Strona, sopra il Lago d'Orta e in Val Grande (VB), sul Monte Fenera e a Varallo (Valsesia - VC), a Locana (Valle Orco - TO) ove infiltra castagneti da frutto semiabbandonati, fra Lanzo Torinese e Viù (Valli di Lanzo - TO), a Saluogio (Venaus, Val Cenischia - TO), nell'Orrido di Foresto (bassa Val di Susa - TO) e in Valle Vermenagna sopra Robilante (CN).

L'agrifoglio, come accennato, è molto longevo: in condizioni estremamente favorevoli, può raggiungere età di 300 anni e tronchi di ben 50 cm di diametro.

I frutti vengono impollinati prevalentemente da api, mentre le drupe di colore rosse vivo costituiscono un chiaro adattamento alla dispersione per opera degli uccelli che se ne cibano, soprattutto merli e tordi.



Agrifoglio spontaneo nei boschi di Foresto (Val di Susa)

Etnobotanica e simbolismo

L'uso **rituale** è molto antico: alcuni archeologi hanno trovato coppe rituali con residui secchi di agrifoglio risalenti al 1200 a.C.

Per molti popoli e culture, le foglie sempreverdi e coriacee dell'agrifoglio hanno simboleggiato l'allontanamento del male, la permanenza della vita, la prosperità e, visto che i frutti perdurano per tutto l'inverno, si riteneva che la pianta celebrasse la rinascita del sole al solstizio invernale. Da qui, è poi rimasta la tradizione di usarlo per le decorazioni natalizie e regalarlo, insieme al vischio, a Capodanno, come augurale per un anno felice. Le foglie compaiono inoltre frequentemente nell'arte dell'araldica, dove rappresentano la verità.

I **Celti** lo consacrarono al dio Taranis (l'equivalente di Thor tra i Germani) e si credeva che la clava del gigante verde Yul, dio guardiano, fosse di legno di agrifoglio e che avesse la capacità di allontanare i fulmini. Usavano perciò appendere fronde di agrifoglio alle porte delle case e delle stalle per proteggerle dai fulmini e per tenere lontani spiriti cattivi e forze malevole. I druidi ritenevano anche che l'agrifoglio proteggesse dai disagi della cattiva stagione e che un ramo di questa pianta, scagliato contro un animale feroce in procinto di attaccare, avesse il potere di ammansirlo.

Anche gli **antichi Romani**, durante i Saturnali¹, festeggiati a dicembre, recavano ramoscelli di

¹ Un ciclo di feste celebrate dal 17 al 23 dicembre, periodo fissato in epoca imperiale da Domiziano, in onore di Saturno (Crono) e della Dea dell'abbondanza dei frutti della terra, Ops, sua sposa. Dalla religione cattolica sono state sostituite dal ciclo di feste che

agrifoglio come talismani portatori di prosperità e sopravvivenza; ne piantavano vicino alle case per tenere lontani i malefici e usavano anche regalarlo agli sposi novelli, in segno di augurio per la vita coniugale. Quando invasero la Britannia, si stupirono del fatto che anche il popolo che abitava quelle lontane terre lo considerasse una pianta sacra.

Gli **Etruschi** lo ritenevano una pianta potente e pericolosa, protagonista del bosco di confine nella zona sacra che si estendeva tra le mura e l'abitato, ma mai coltivata all'interno dei giardini domestici.

Nel **Medioevo**, i contadini dei popoli germanici, attribuendo alla pianta il potere di scacciare i malefici, ponevano ramoscelli sulle porte delle stalle.

Quando Cristoforo Colombo scoprì l'**America**, trovò che gli indigeni, che conoscevano l'agrifoglio, lo piantavano nei pressi delle loro abitazioni come amuleto per tenere lontani gli "spiriti" e se ne fregiavano durante le battaglie, come segno distintivo di coraggio.



Un esemplare femminile con le caratteristiche bacche rosse

Nell'**artigianato**, il suo legno è sempre stato impiegato per piccoli lavori di tornitura e intaglio (scacchi).

Nella **medicina popolare**, le foglie erano usate un tempo per il trattamento delle febbri (specialmente quelle intermittenti) e molto probabilmente, prima della scoperta del chinino, l'agrifoglio veniva impiegato nella cura della malaria. Le foglie erano impiegate anche per il catarro

vanno da Natale a Capodanno. Anche in queste feste pagane erano previsti addobbi nelle città, di ghirlande, di fiaccole, di bracieri accesi davanti ai templi, di nastri, di rami e di fiori invernali.

cronico, la pleurite, le coliche gastrointestinali, i problemi dell'apparato gastrointestinale e l'itterizia.

Anche con la corteccia si preparava un vino medicamentoso, indicato anch'esso contro le febbri intermittenti. Dalla corteccia contusa e fermentata si ottiene inoltre una sostanza viscosa, chiamata pania, che è stata usata per catturare gli uccelli. Applicata esternamente come cataplasma, questa sostanza ha proprietà risolventi o maturative ed è stata tradizionalmente usata per alleviare i dolori della gotta.

In Sud America vengono impiegate specie simili: per preparare **bevande tradizionali** si fa un infuso delle foglie essiccate di *Yerba mate* in acqua calda, conosciuta come *mate* o *chimarrão*, che corrisponde all'*Ilex paraguariensis*, un'altra specie "sorella" del nostro *Ilex aquifolium* e che viene bevuta in una zucca vuota, la tipica *bombilla*.



Infuso di foglie di agrifoglio

Anche il *kuding* (*Ilex guayusa*) e lo *yaupon* (*Ilex vomitoria*) sono usati per preparare infusi simili; quest'ultimo era impiegato anche nelle pratiche di culto mistico, assunto in grandi quantità per indurre vomito e allucinazioni, come rituale di purificazione. Altre specie, come l'*Ilex glabra*, sono amare ed emetiche.

Anche nella Foresta Nera, e anticamente anche in Sardegna, con le foglie si preparava una tisana analoga al *mate* sudamericano e con i semi torrefatti si ricavava un **sucedaneo del caffè**.

Il decotto di corteccia essiccata, preparato dopo aver macerato la corteccia in acqua per due giorni e aver gettato via l'acqua di macerazione, veniva usato come rinfrescante-dissetante, addolcito con miele.

Utilizzi e proprietà

Anche se l'agrifoglio è impiegato per lo più a fini decorativi, soprattutto durante il periodo natalizio, è una pianta dalle notevoli **virtù terapeutiche**, anche se poco conosciute.

Gli sono attribuite moltissime proprietà: febbrifughe, anti artritiche, anti artrosiche, anti epilettiche, anti diarroiche, antidolorifiche e antinfiammatorie, anti gottose, anti reumatiche, anti sclerotiche, anti spastiche, espettoranti, diaforetiche, diuretiche, emetiche, emmenagoghe, emollienti, ipotensive, lassative/purganti, nervine, risolutive, venotoniche, toniche per le surreni e tossifughe.

Le foglie contengono un glucoside detto "ilicina" che pare sia responsabile dell'azione febbrifuga e tonica e che ha caratteristiche simili alla caffeina, mentre la corteccia contiene tannini e pectine. La radice ha le stesse proprietà emollienti e risolventi della corteccia.

L'unica parte della pianta che presenta una certa tossicità è costituita dalle bacche, fortemente purgative ed emetiche. L'ingestione anche solo di alcune drupe provoca uno stato infiammatorio grave dell'apparato gastro-intestinale e renale, determinando nel primo caso vomito, nel secondo aumento della diuresi.



Specie ornamentale di agrifoglio con foglie variegata

Le proprietà terapeutiche di queste piante sono state una riscoperta recente, infatti per secoli l'uso per così dire "magico" ne ha eclissato ogni altra proprietà. Ad esempio, la moderna ricerca scientifica ha messo in evidenza l'azione neuroprotettiva degli estratti di diverse specie di *Ilex* in tipologie di ischemia e malattie neurodegenerative quali Parkinson e Alzheimer (Tribbia 2019, Nguyen, 2020).

In floriterapia, l'agrifoglio corrisponde al fiore di Bach Holly, per le persone inclini al sospetto e alla gelosia.

Infine, come **pianta ornamentale** è usata per costituire siepi impenetrabili e (gli esemplari femminili) per vivacizzare con i frutti i giardini spogli durante l'inverno; ne esistono varietà coltivate con **foglie variegata** o di forma insolita.

Al di là del Natale, vista anche la sua tolleranza nei confronti dell'atmosfera inquinata delle città, gli esemplari femminili trovano proficuo impiego per formare siepi, paesaggisticamente d'effetto, per le loro graziose e decorative bacche rosse.

Bibliografia

- [AA.VV., *Alberi e arbusti. Guida alle specie spontanee del Piemonte*, Regione Piemonte, Blu Edizioni, Torino, 2002](#)
- [AA.VV., *Tipi forestali del Piemonte*, Regione Piemonte, Blu Edizioni, Torino, 2008](#)
- [AA.VV., *I boschi del Piemonte. Conoscenze e indirizzi gestionali*, Regione Piemonte, Blu Edizioni, Torino, 2007](#)
- Marcello Nicoletti e Fernando Piterà, *Gemmoterapia. Fondamenti Scientifici della moderna Meristemoterapia*, Nuova Ipsa, Palermo, 2018
- Tribbia *et al.*, *Study of Yerba Mate (Ilex Paraguariensis) as a Neuroprotective Agent of Dopaminergic Neurons in an Animal Model of Parkinson's Disease (P5.8-008)*, *Neurology*, April 2009, 2019; 92 (15 Supplement)
- Nguyen *et al.*, *Behavioral Improvements and its Molecular Mechanism of Ilex kudingcha C.J. Tseng on Animal Model of Alzheimer's Disease*, *Trad. Med. J.*, September-December 2020, Vol. 25(3), pp. 167-173

Sitografia

- http://dryades.units.it/casentinesi/index.php?procedure=taxon_page&id=3052&num=4236
- <http://vnr.unipg.it/habitat/cerca.do?formato=stampa&idSegnalazione=155>
- <https://www.actaplantarum.org/forum/viewtopic.php?t=2246>
- <https://www.alleanzaverde.com/blog/ilex-aquifolium-l-monografia/>
- <https://www.globalnet.it/erbe/abc/agrifoglio.htm>
- <https://www.regione.piemonte.it/web/temi/ambiente-territorio/foreste/alberi-arboricoltura/alberi-monumentali>
- https://www.schoolofhealth.com/docs/SOH/Provings/Proving_of_Holly_BLK_FINAL_V2.pdf

Testo e foto di Loredana Matonti