

IL TIGLIO: PAESAGGI ED ETNOBOTANICA

Tilia cordata Mill.

Sin.: *Tilia sylvestris* Desf., *Tilia platyphyllos* Scop., *Tilia europaea* L. p.p.

Nomi volgari: *Tilia cordata*: tiglio selvatico, tiglio maremmano, tiglio a foglie piccole.

Inglese: *Little leaved linden*, Francese: *Tilleul*.

Nomi locali in Val di Susa: *l tiyöl* (Bardonecchia), *tileulh* (Champlas du Col), *tieul* (Oulx, Salbertrand), *lou tilh* (Gravere), *tilh* (Giaglione), *lo teulh* (Novalesa), *tëgl* (Venaus), *lou tìi* (Mattie), *tij* (bassa Val di Susa), *tiliu*, *tej* (Piemontese).

Curiosità

Il nome Tiglio deriva dalla parola greca “ptilon”, che significa ala o piuma, in riferimento alla brattea a cui sono attaccati i frutti peduncolati e pendenti, capsule marroncine perfettamente sferiche, che la brattea rende, appunto, “alati”, facilitandone la dispersione da parte del vento (anemocoria).

L’epiteto specifico “platyphyllos”, dal Greco significa “foglia larga”, mentre “cordata” deriva dal Latino “cordatus”, ovvero a forma di cuore, in riferimento alla forma delle foglie.



Fiori di tiglio con brattee alate

Proprio questa forma peculiare, assieme al profumo soave e rasserenante dei fiori, rappresentano gli aspetti per cui, secondo la Dottrina della Signatura che associava la morfologia della pianta alla sua funzione, la pianta doveva essere utile per i problemi emotivi del cuore, quindi per fugare lo stress e le emozioni negative.

Botanica, distribuzione ed ecologia

La fioritura, che avviene tra giugno e luglio, per quanto visivamente poco appariscente, non passa inosservata: l’inebriante profumo emesso dai fiori, addirittura ipnotico — almeno per le api — nel *Tilia tomentosa* e nell’ibrido detto Tiglio del Caucaso, è infatti inconfondibile messaggero delle prime serate d’estate.

Altrettanto inconfondibili sono le ampie foglie di colore verde scuro, asimmetricamente cuoriformi, finemente seghettate e appuntite, più chiare e leggermente pelose sulla pagina inferiore. Disposte sui numerosi rami a inserzione alterna quasi a formare fitti e regolari festoni, d'autunno si tingono di un giallo oro piuttosto uniforme, abbandonando tuttavia i rami sin dai primi freddi e partecipando quindi per poco alle policrome scenografie stagionali.



Foglie di tiglio

Il tronco dritto e svettante, dalla corteccia grigio-scura con alcune fessurazioni e rilievi, e la vasta chioma globosa portano questa pianta a raggiungere anche i 40 metri di altezza e ne sconsigliano l'impiego in spazi limitati che, inevitabilmente, costringerebbero nel tempo a operare devastanti potature.

Tilia cordata è una specie di origine europea, presente in tutta Italia a eccezione di Puglia, Sicilia e Sardegna (con presenza dubbia in Umbria). In Piemonte e in Valle di Susa è abbastanza frequente, ma localizzata. È un albero caducifoglie, alto fino a 30 metri, tipico dei boschi aridi e cespuglieti, dalla pianura fino a 1400 metri circa.



Tilia cordata

Tilia platyphyllos è anch'essa di origine europea, presente in Italia con tre sottospecie, ed è spesso coltivata. È presente in tutta Italia, a eccezione della Sardegna, dove è coltivata e spontaneizzata.

Come la specie precedente, può raggiungere i 30 metri di altezza, e vive in boschi umidi e forre, dalla pianura a 1200 metri circa.



Tilia platyphyllos

Originaria delle aree meridionali d'Europa e Asia, particolarmente del Caucaso, è presente anche in Irlanda, Scandinavia, Cina e Siberia. Il tiglio è noto inoltre per una varietà "americana" dalle grandi foglie cuoriformi, diffusa nelle regioni orientali dell'America settentrionale e ovunque viene impiegata come pianta ornamentale per parchi e viali.

Paesaggio ed ecologia del Tiglio

Il tiglio è una specie forestale che non si trova quasi mai in boschi puri, bensì associato ad altre latifoglie decidue.

Tiglio cordato e tiglio a grandi foglie si possono trovare soprattutto associati con frassino maggiore, acero di monte, acero riccio e olmo montano, in boschi detti acero-tiglio-frassineti; dalle Alpi Lepontine alle Alpi Cozie settentrionali prevale il tiglio cordato, mentre dalle Alpi Cozie alle Alpi Liguri generalmente si ha una leggera prevalenza del frassino maggiore. Ricorrono soprattutto nella fascia montana, nelle vallate alpine fino allo sbocco con la pianura.

Gli specialisti suddividono questi boschi in due tipologie principali: l'**acero-tiglio-frassinetto d'invasione**, il più diffuso sul territorio piemontese, si trova su versanti terrazzati, prato-pascoli e coltivi abbandonati; occupa quindi suoli profondi e fertili e ambienti stabili, perciò può evolvere verso il querceto misto di rovere o verso la faggeta, a seconda delle condizioni stagionali (quota, esposizione...) e della presenza di portaseme.

Vi è poi l'**acero-tiglio-frassineto di forra**, che può occupare forre, valloni, versanti con abbondanti detriti o con grossi blocchi di roccia; il continuo apporto di detriti determina il costante ringiovanimento dei suoli, l'erosione fluviale spesso li intacca, perciò si tratta di boschi stabili, che non hanno la possibilità di maturare ed evolvere verso altri tipi di bosco.

Si possono inoltre trovare il **tiglieto di tiglio a grandi foglie**, ma in stazioni isolate e puntiformi, spesso in dirupi o forre, su substrati calcarei, e il **querco-tiglieto**, costituito da popolamenti a prevalenza di tiglio a grandi foglie, talvolta misti con frassino maggiore, acero di monte, acero opalo e faggio.

La distribuzione è molto frammentata nelle medie Valli Chisone, Pellice, Sesia, Cannobina e Valli Ossolane (Val Bognanco). Il sottotipo ad *Acer opulifolium* del Piemonte meridionale è presente nelle Valli Cuneesi (Valle Grana e Maira) e in Valle Susa.

L'acero-tiglio-frassineto di forra e il tiglieto di tiglio a grandi foglie rientrano tra gli **habitat d'interesse comunitario prioritario**, poiché sono localizzati e si trovano in condizioni ambientali difficili.

Simbolismo ed etnobotanica

Il tiglio è un albero imponente e spesso molto antico, testimone involontario e impassibile della storia. Per questo, è venerato in molti Paesi come ricettacolo delle energie cosmiche, dalla cui corteccia gli sciamani traevano profezie. Considerato, presso alcune culture, simbolo della fedeltà e della dolcezza femminili, nonché di immortalità, in virtù della sua **longevità**, veniva tradizionalmente piantato lungo le strade per proteggere i viandanti dal malocchio.



La colorazione “magica” di un tiglio al principio dell’inverno

Fin dall'antichità, il tiglio era tra le piante predilette nei giardini delle **antiche ville romane**, per la vasta ombra che produce e per i fiori profumati.

Nella piazza di Samoëns, in Alta Savoia, la concessione di alcune franchigie accordate al borgo dal duca Amedeo VIII venne celebrata nel 1436 piantando un albero di tiglio, che esiste tuttora.

Analogamente, accanto alla Chiesa Vecchia di **Macugnaga**, in Valle Anzasca, un tiglio selvatico secolare, della circonferenza di quasi 8 metri, identifica ancora oggi il sito ove, sin dal 1200, si svolgevano le riunioni giudiziarie e i commerci e si assumevano le decisioni amministrative per l'intera comunità.

In Svizzera c'era l'usanza di legare i rami di questi grandi alberi al suolo per facilitare la raccolta dei fiori: essi crescevano così quasi orizzontali e, durante le feste del villaggio, vi si poneva sopra un "pavimento" di tavole su cui si saliva per bere e per ballare.

Inoltre, particolari funi ricavate dalle fibre della corteccia di tiglio venivano ancora fabbricate in Francia sino a tutto l'Ottocento. Grazie a queste fibre, estratte per macerazione, si producevano sin dall'antichità stuoie, tessuti e persino carta.

Raramente rappresentato nei boschi, il tiglio resiste invece piuttosto bene alle aggressioni dell'inquinamento e si adatta a qualunque tipo di terreno, il che lo fa prediligere per i **giardini pubblici** e i **viali alberati** delle città. L'unico inconveniente è dato dai frequenti attacchi degli afidi: le loro infinitesimali punture provocano infatti la fuoriuscita di una sostanza densa e appiccicosa prodotta dalla pianta, detta "melata", che può causare problemi, soprattutto sporcando le automobili. Da questo punto di vista, quindi, non pare la specie più adatta per costituire alberature nei parcheggi.

Il **legno**, di colore bianco-rosato e uniforme, facilmente lavorabile quanto attaccabile dai tarli, quindi inadatto per grosse realizzazioni, viene utilizzato per tasti di pianoforte, casse di risonanza, lavori di intaglio e di intarsio, matite, ottimo carboncino da disegno.

Il tiglio è anche un'importante specie mellifera. Il suo nettare, prodotto dai piccoli ma generosissimi fiorellini, tanto amati dalle api, è la base per un pallido **miele** di eccellente qualità, con proprietà sedative, espettoranti e antispasmodiche.

Proprietà

Antispasmodiche, coleretiche (in grado di agevolare la sintesi e la secrezione della bile), emollienti, ipnotiche, blandamente sedative, spasmolitiche, pettorali, anticatarrali, diaforetiche, vasodilatatrici, antiarteriosclerotiche.

Raccolta e preparazione

Si raccolgono le bratte fogliari e i fiori in primavera, facendoli poi seccare all'ombra; la corteccia invece si può prelevare tutto l'anno.



I frutti del tiglio

Usi tradizionali

La tisana di tiglio è molto nota nella tradizione popolare e costituisce uno dei più comuni rimedi domestici. Le gravi influenze che provocavano febbri alte e stato di debolezza, o alcune malattie esantematiche come il morbillo e la varicella, erano curate stando al caldo, nel buio della stalla e bevendo sovente **tisane di tiglio**, pianta che non doveva mai mancare nelle dispense delle case. Le sue foglie, dalle proprietà sedative e perfino leggermente ipnotiche, erano usate per curare l'insonnia e risolvere gli stati di nervosismo.

Uso interno

All'infuso di fiori essiccati, come alla parte vitale del legno appena sotto la corteccia (alburno), la medicina popolare attribuisce importanti effetti calmanti, ipotensivi e antispasmodici che ne rendono consigliabile l'uso per gli stati di insonnia e irrequietezza.

La tisana, insieme al biancospino, si utilizza in caso di insonnia e irritabilità, specie dei bambini, per la stanchezza, l'esaurimento nervoso, l'aritmia cardiaca, la colite o la cefalea.

Comune è anche l'impiego dell'infuso dei fiori come diaforetico, ovvero sudorifero, e quindi per le febbri alte. Le sue proprietà emollienti sono anche sfruttate come espettorante per il catarro e calmante della tosse, nonché per l'influenza e il raffreddore anche se, in questo caso, alcuni vi associano issopo e camomilla. Sempre per gli stessi scopi, era comune associarlo ad altre piante, quali la radice della liquirizia dei boschi, il tallo del lichene o i fiori di biancospino. Talvolta lo stesso infuso si usa anche per il morbillo, mentre per gli orecchioni si beve una tisana di fiori di tiglio e camomilla, a cui si aggiungono spesso la buccia del limone e il miele.

Il macerato in acqua della corteccia, lasciata tutta la notte, si beve al mattino come rinfrescante o come depurativo ed è anche ingrediente di una tintura contro i dolori reumatici.

Il tiglio (fiore e corteccia) è inoltre ricco di magnesio e altre sostanze, quali tannini e glucosidi flavonoidi, che gli conferiscono ulteriori proprietà vasodilatatrici, antinfiammatorie, diuretiche.

Utile per l'eliminazione dei calcoli, per i reumatismi e la gotta, recentemente se ne è confermato anche l'effetto fluidificante del sangue, che può risultare vantaggioso per la prevenzione di infarto e trombosi.

RICETTE POPOLARI

Infuso calmante e sedativo

15 grammi di fiori di tiglio con brattee in 1 litro di acqua bollente.

È un rimedio notissimo nella medicina popolare, non solo quale risolvente della costipazione delle vie respiratorie, ma perché è allo stesso tempo calmante, diaforetico, diuretico, facilita il sonno, calma i dolori e il vomito. Si usa anche per le lievi contrazioni tipiche della gestazione, ma in tal caso addizionato di alcune gocce di succo di limone. Se ne assumono 3-4 tazze al giorno. In Francia è molto usato alla sera, al posto del tè.

Infuso per l'asma

Mettere un cucchiaino di fiori di sambuco e uno di tiglio in 200 ml di acqua bollente per 15 minuti; la cura per l'asma consiste nell'assumerne, per un certo periodo, un bicchierino mattina e sera.

Uso esterno

Con l'infuso dei fiori si fanno impacchi sugli occhi infiammati. Si considera utile anche per lenire le irritazioni della pelle e quelle di bocca e gola e, in suffumigi, per il raffreddore. Il decotto si usa per bagni e pediluvi, utilissimi per le persone molto nervose. La seconda corteccia del tiglio (alburno) è utilizzata invece come rimedio portentoso contro le ustioni gravi per ricostruire il tessuto connettivo mancante.

RICETTE POPOLARI

Suffumigi contro il raffreddore

Prendere una manciata di tiglio, menta, salvia, camomilla e immergerla in acqua molto calda. Aspirare profondamente per circa 10 minuti, coprendo la testa con un asciugamano. L'operazione va eseguita una volta al giorno; alle donne, è consigliato lavarsi il viso con acqua fredda subito dopo.

Impacco per le ustioni

Far bollire la seconda corteccia del tiglio (circa 1 etto) in acqua, per quasi un'ora, o comunque finché non diventa gelatinosa; far raffreddare e applicare direttamente sulla parte lesa.

Bibliografia

- AA.VV. - IPLA S.p.A., *Tipi forestali del Piemonte*, Regione Piemonte, Blu Edizioni, Torino, 2008
- AA.VV., *Alberi e arbusti. Guida alle specie spontanee del Piemonte*, Regione Piemonte, Blu Edizioni, Torino, 2002
- AA.VV. - IPLA S.p.A., *I boschi del Piemonte. Conoscenze e indirizzi gestionali*, Regione Piemonte, Blu Edizioni, Torino, 2007
- Loredana Matonti, *Erbe e antichi rimedi*, Graffio editore, Borgone di Susa, 2015
- Milena Ortalda, *Il futuro negli alberi*, Blu Edizioni, Torino, 2007

Sitografia

<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/ambiente-territorio/foreste/alberi-arboricoltura/alberi-monumentali>

<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/ambiente-territorio/foreste/alberi-arboricoltura/alberi-arbusti>

<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/ambiente-territorio/foreste/gestione-bosco-taglio/tipi-forestali-piemonte>

https://erbeofficinali.org/dati/q_scheda_res.php?nv_erba=LARICE

<https://www.codiferro.it/larice-caratteristiche-e-tipologie/>

https://www.regione.piemonte.it/web/sites/default/files/media/documenti/2019-03/boschi_di_conifere_montani.pdf

Testo e foto di Loredana Matonti