



ALL



BENESSERE



CASA



COSMESI

MAGGIO 6, 2019

## LENTISCO E MASTICE DI CHIOS: USI E PROPRIETÀ

ESTRAZIONE

GRECIA

OLIO ESSENZIALE

TRASFORMAZIONE PIANTE OFFICINALI



*Pistacia lentiscus*, chiamato comunemente **Lentisco** appartiene alla famiglia delle Anacardiaceae, è un arbusto sempreverde che può diventare anche un albero alto fino a 3-4 m, con tronco tortuoso, che sembra prostrarsi a terra, e di colore grigio; marrone quando l'esemplare arriva a maturità.

La **pianta è dioica** e possiede foglie coriacee, composte, di colore verde scuro, alterne, glabre e intere, mentre la lamina inferiore appare più chiara. La pianta fiorisce tra maggio e luglio e produce fiori molto profumati organizzati a spiga; i fiori maschili hanno antere rosso scuro mentre i fiori femminili hanno antere grigie. I **frutti** sono drupe globose di colore rosso a maturità che poi vira al nero, contenenti un seme. **Dall'incisione della corteccia si ricava una resina**, molto conosciuta come **mastiche di Chios**, che rappresenta la droga.

Il **periodo balsamico** è in primavera quando vengono praticate le incisioni sulla corteccia, da cui poi sgorga un secreto che coagula in nodi rotondeggianti o lacrime, trasparenti, gialle, con odore balsamico e sapore acre e amaro; una volta raccolta, la resina viene riposta in contenitori di vetro chiusi ermeticamente.

La **resina contiene** un olio essenziale (alfa-pinene, beta-pinene, beta-mircene), una sostanza amara (masticina), tannini, acido masticonico, masticoresine, acido masticinico e alcol triterpenici.



La resina deve il suo nome (*mastiche di Chios*) alla zona in cui viene principalmente coltivata, cioè

l'**isola di Chios** in Grecia, dove esiste l'**Associazione dei coltivatori della mastica di Chios**, l'unico ente autorizzato a commercializzare la resina, ente a cui convogliano i raccolti di tutti i contadini della zona, che si occupa di gestire e regolare tutta la filiera seguendo uno specifico protocollo di produzione; e che poi provvede ad esportarlo in tutto il mondo.

Il mastiche ha **proprietà** espettoranti, toniche, astringenti, emostatiche, diuretiche, stomachiche e antidiarroiche.

Alcuni studi recenti hanno provato la sua efficacia sull'*Helicobacter pylori*, il microorganismo ritenuto responsabile di gastriti e ulcere gastriche, ma anche un'azione antimicotica. La resina viene impiegata per la preparazione di dentifrici e collutori, avendo la proprietà di sbiancare i denti e purificare l'alito, caratteristiche conosciute anche dall'antica medicina araba. Dioscoride, nella sua opera *De Materia Medica* consigliava la mastiche di Chios in caso di indigestione, tosse e come aiuto nell'igiene orale, ma anche per la cosmesi. Galeno la raccomandava per l'infiammazione dello stomaco, dell'intestino, del fegato e per le sue proprietà emollienti. La resina oggi è utilizzata molto anche per la produzione di vernici o mastici comuni, e per aromatizzare vini e liquori.



Il Lentisco era consacrato in Grecia a Dictymna, una ninfa di Artemide, che si adornava della pianta e siccome facevano lo stesso le vergini elleniche che la volevano imitare, il Lentisco è diventato simbolo di Purezza e Verginità.