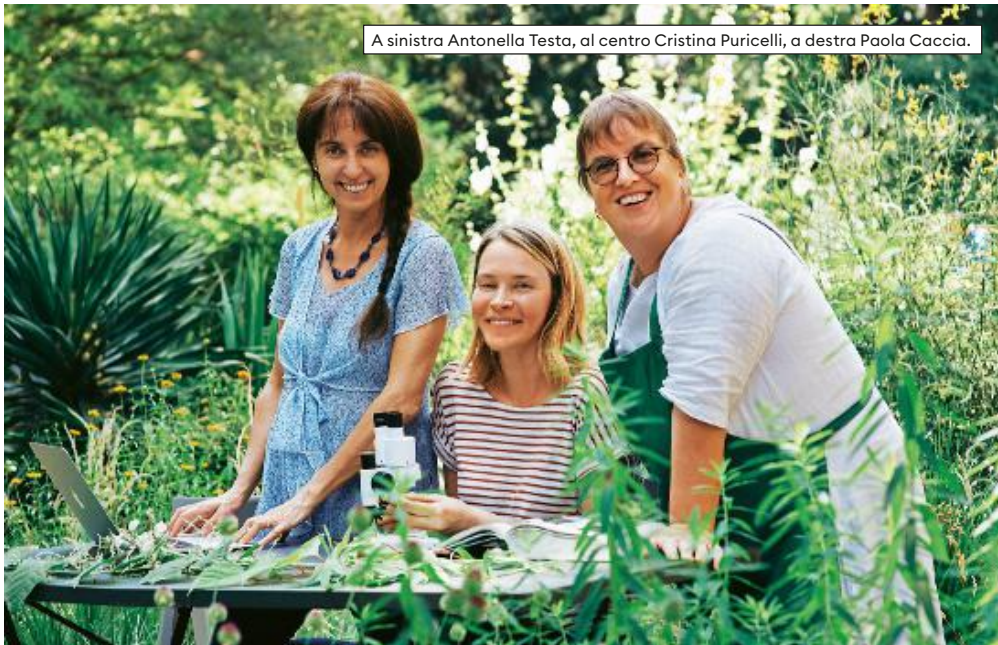


POSSO AIUTARTI?



A sinistra Antonella Testa, al centro Cristina Puricelli, a destra Paola Caccia.

FIORI

## Le donne che hanno fatto rinascere l'Orto di Brera

di Nadia Tadioli

Il giardino botanico milanese è un progetto al femminile. Qui le piante medicinali sono protagoniste. Scopri le proprietà di queste 4

**N**el frenetico centro di Milano c'è un luogo speciale, un giardino tranquillo vicino al complesso di Brera. È molto più di una semplice oasi verde, è l'Orto botanico di Brera, istituito nel Settecento da Maria Luisa d'Austria. «Quando sono arrivata qui più di 20 anni fa, non sapevo proprio da che parte iniziare. La struttura era in rovina. Le piante originali mischiate a specie spontanee cresciute negli anni. Per fortuna non ero sola: Paola Caccia, la capo giardiniera era con me. E un po' di anni dopo si è unita a noi Cristina Puricelli, la conservatrice». Le parole di Antonella Testa, 50 anni, responsabile della struttura, raccontano di quello che è stata una vera e propria impresa: restaurare un complesso secolare, un orto e un osservatorio astronomico che erano stati un fiore all'occhiello della città dal secolo dei lumi in poi. «Abbiamo dovuto ricono-

scere le collezioni di piante già presenti, riordinarle e arricchirle» spiega Cristina Puricelli. «E aggiunto nuove varietà, cercando di concentrarci sulle piante medicinali, perché è questa è la nostra vocazione. È un lavoro in progress, appassionante, che non ha mai fine».

**Un museo a cielo aperto** Oggi la struttura è visitata da 190.000 persone ogni anno. L'ingresso è libero nei giorni feriali (dalle 10 alle 18) e in quelli festivi solo per eventi speciali (trovi il calendario su [ortobotanici.unimi.it](http://ortobotanici.unimi.it)). La collezione conta circa 1.000 specie, più della metà sono medicinali, cioè hanno proprietà preziose per il nostro benessere. Arrivano da ogni parte del mondo, da epoche diverse e ce ne sono di rare. Eccone 4 che puoi coltivare anche tu e utilizzare sotto forma di tisana, seguendo i consigli dell'erborista. Vuoi provare?

### 1 L'EQUISETO

È una delle piante più antiche del pianeta. Infatti, cresceva già molto prima dei dinosauri, quando sulla terraferma si muoveva solo qualche forma di vita animale simile ai millepiedi (nella foto, l'*Equisetum hyemale*). Non produce fiori o semi, ma solo spore. Ama l'umidità, i terreni argillosi e qualche ora di sole al giorno.

**A cosa serve** La specie più interessante di equiseto, dal punto di vista medicinale è l'arvense, molto ricco di potassio e silice. Ha proprietà rimineralizzanti e utili per rinforzare unghie e capelli.



DONNAMODERNA.COM

POSSO AIUTARTI?



**NEL SETTECENTO, ALL'ORTO DI BRERA MEDICI E FARMACISTI STUDIAVANO SUL CAMPO LE SPECIE UTILI E NE APPRENDEVANO CARATTERISTICHE E USI**

### 3 LA MALVA

Se vuoi scoprire le piante autoctone, a Brera ce ne sono di rare, come lo sparviere milanese, che cresce spontaneamente solo a Milano sulle mura del Castello Sforzesco. Ma trovi anche aiuole con specie meno rare, come la malva selvatica (nella foto), che è diffusa in tutta Italia. Questa pianta ama il sole o la mezz'ombra, i terreni ricchi di nutrimento e non sopporta la siccità.

**A cosa serve** La malva è perfetta per combattere le infiammazioni di bocca, gola e sistema digestivo. Ma, bisogna usarla con parsimonia perché ha anche proprietà lassative.



### 2 IL PAPAVERO DELLA CALIFORNIA

Come in ogni orto botanico che si rispetti, anche in quello di Brera trovi piante esotiche piuttosto rare. Un'aiuola è dedicata alle piante xerofite, quelle che hanno poco bisogno d'acqua e non vanno innaffiate quasi mai. Come il papavero della California (nella foto), o escolzia, che spicca per i suoi fiori color arancio acceso e la lunga fioritura. Tienilo al sole in un terreno povero e sabbioso, che bagnerai solo quando è completamente asciutto.

**A cosa serve** Il papavero della California è un sedativo naturale, quindi ideale per chi soffre di ansia e stress. Ma aiuta anche a regolarizzare la pressione o nei casi di disturbi dell'umore e del sonno.



### 4 LA SALVIA

L'Orto botanico di Brera vanta anche una collezione di circa 40 specie di salvia. Provengono dai quattro angoli del mondo (nella foto, la guaranica che arriva dal sud America) e hanno forme, colori e profumi molto diversi. Alcune si sono anche incrociate tra loro, dando vita a interessanti ibridi. Sono state anche sottoposte all'analisi del DNA, per stabilire nome, parentele e proprietà delle famiglie. Mettile al sole pieno, in un terreno leggero e drenante, ma non innaffiarle troppo.

**A cosa serve** La salvia officinale ha molte proprietà: ti aiuta in caso di mestruazioni dolorose e riduce i sintomi della menopausa. In più, è un tonico naturale e dà una sferzata di energia se ti senti debole o stanca.

### SE TI SEI INCURIOSITA

Leggi *L'Orto Botanico di Brera* che è fresco di stampa. Racconta questa eccellenza dell'Università statale di Milano.

«Anche questo volume è un lavoro di squadra, una specie di puzzle dove ogni autore dato il suo contributo per la parte che lo riguarda» spiega la curatrice Antonella Testa. «Io ho cercato di amalgamare le tessere per raccontare il carattere unico di questo giardino così suggestivo». (Mondadori Electa editore, 21,16 euro).