Finanziato dall'Unione europea NextGenerationEU
Ministero dell'Università e della Ricerca
Italiadomani PIANO NAZIONALE DI RIPRESA E RESILIENZA
NODES Nord Ovest Digitale E Sostenibile

Scheda prodotta con il progetto STAMBECCO, finanziato nell'ambito dei Bandi a Cascata del Programma NODES, sostenuto dal MUR sui fondi PNRR MUR - M4C2 - Investimento 1.5 Avviso "Ecosistemi dell'Innovazione", nell'ambito del PNRR finanziato dall'Unione europea – NextGenerationEU (Grant agreement Cod. n.ECS00000036)

Sheet produced by the project STAMBECCO, which has received funding from Cascade funding calls of NODES Program, supported by the MUR - M4C2 1.5 of PNRR funded by the European Union - NextGenerationEU (Grant agreement no. ECS00000036)

Arnica montana L. subsp. *montana*

Nome comune • *common name:* **Tabacco di montagna, Erba delle cadute • *Mountain tobacco***

Famiglia • *family*: ***Asteraceae***

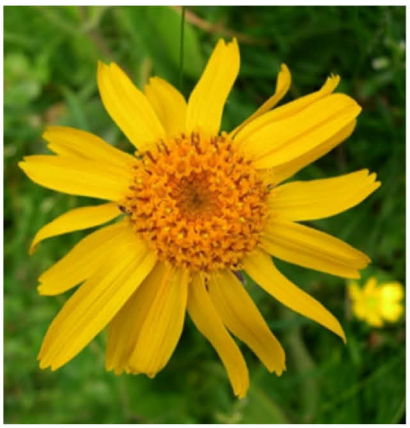
Sinonimo • *synonyme*: ***Doronicum oppositifolium* Lem., *Doronicum arnica* Desf.**

Protezione • *protection*: **a livello europeo *at european level*** (Direttiva Habitat 92/43/CEE, Allegato V); **a livello regionale *at regional level*** (Art. 15, L.R. 32/1982 e L.R. 99/1931 – Norme sulla coltivazione, raccolta e commercio delle piante officinali)

NON RACCOGLIERE • DO NOT COLLECT

Periodo di fioritura • *flowering period*: **Giugno-Agosto • *June-August***

Località • *Locality*: **Alpe del Lago**


Etimologia: Il nome del genere potrebbe derivare da *ptàrmica* (dal greco *ptarmikos*, "starnutire"), per le proprietà starnutatorie delle foglie, un tempo usate come tabacco da fiuto o fumate nei villaggi montani del Nord Europa. Secondo altri autori, l'origine è il greco *arnakis* ("pelle di agnello"), in riferimento alle nervature delicate delle foglie. Il nome specifico richiama l'habitat naturale della specie.

Etymology: The genus name may derive from *ptàrmica* (from the Greek *ptarmikos*, "to sneeze"), referring to the leaves once used as snuff or smoked in Northern European Mountain villages. Others link it to the Greek *arnakis* ("lambskin"), alluding to the delicate leaf veins. The specific epithet refers to the species' natural habitat.

Descrizione: Pianta erbacea perenne con rizoma strisciante e odore sgradevole, mentre la parte aerea emana un aroma gradevole. I fusti, eretti e alti 20–50 cm, sono poco ramificati e ricoperti da peli. Le foglie basali, nel primo anno, sono opposte, spatolate e di colore verde chiaro; nel secondo anno compaiono i fusti con poche foglie più piccole, ovali e sessili. Le infiorescenze (capolini), solitarie e di 6–8 cm di

Description: Description: Perennial herbaceous plant with a creeping rhizome and an unpleasant odor, while the aerial part gives off a pleasant fragrance. The stems, erect and 20–50 cm tall, are sparsely branched and covered with hairs. The basal leaves, in the first year, are opposite, spatulate, and light green in color; in the second year, stems appear with a few smaller, oval, sessile leaves. The inflorescences (capitula), solitary

Scheda prodotta con il progetto STAMBECCO, finanziato nell'ambito dei Bandi a Cascata del Programma NODES, sostenuto dal MUR sui fondi PNRR MUR - M4C2 - Investimento 1.5 Avviso "Ecosistemi dell'Innovazione", nell'ambito del PNRR finanziato dall'Unione europea – NextGenerationEU (Grant agreement Cod. n.ECS00000036)

Sheet produced by the project STAMBECCO, which has received funding from Cascade funding calls of NODES Program, supported by the MUR - M4C2 1.5 of PNRR funded by the European Union - NextGenerationEU (Grant agreement no. ECS00000036)

diametro, portano fiori giallo-aranciati: quelli esterni portanti una ligula (simile ad un petalo) e quelli interni, tubulosi. Il frutto è un achenio scuro e rugoso, con pappo di peli giallastri.

Ambiente di crescita: Pascoli montani, brughiere a Rodendri, su suolo acido; 500÷2.200 m s.l.m.

Usi: Questa specie officinale è utilizzata soprattutto per uso esterno, in creme, unguenti e impacchi, per il trattamento di contusioni, slogature, distorsioni, dolori muscolari e articolari, ematomi, edemi, ulcere varicose, geloni, infiammazioni della gola, scottature, punture di insetto ed emorroidi. L'uso interno, oggi raro e sempre sotto stretto controllo medico, è limitato a brevi trattamenti dell'insufficienza cardiaca e di alcune patologie coronariche.

Note: Ignorata dagli antichi, l'Arnica compare nei testi medico-erboristici solo dal XII secolo, citata da Ildegarda di Bingen e dalla Scuola Medica Salernitana. Nel tempo conobbe usi vari e giudizi contrastanti, fino alla conferma, in epoca moderna, delle sue proprietà terapeutiche ma anche della tossicità. Rimedio popolare in Germania e Austria – Goethe la utilizzava in tisane contro l'angina – nota come "tabacco di montagna", "erba delle cadute" o "China dei poveri", poiché impiegata in alternativa al chinino contro malaria e febbri intermittenti. Oggi il suo uso interno è abbandonato per i rischi di tossicità, mentre rimane diffusa per applicazioni esterne: legalmente riconosciuta in Germania, limitata in Gran Bretagna e considerata pericolosa negli Stati Uniti.

and 6–8 cm in diameter, bear yellow-orange flowers: the outer ones with a ligule (petal-like), and the inner ones tubular. The fruit is a dark, wrinkled achene with a pappus of yellowish hairs.

Habitat: Montane pastures, rhododendron heaths, on acidic soils; 500–2.200 m a.s.l.

Uses: This medicinal species is mainly used externally, in creams, ointments, and compresses, to treat bruises, sprains, strains, muscle and joint pain, hematomas, edema, varicose ulcers, chilblains, sore throats, burns, insect bites, and hemorrhoids. Internal use, now rare and strictly under medical supervision, is limited to short-term treatments of heart failure and certain coronary conditions.

Notes: Ignored by the ancients, Arnica appears in medical-herbal texts only from the 12th century, cited by Hildegard of Bingen and the Salerno Medical School. Over time, it had varied uses and mixed opinions, until modern studies confirmed both its therapeutic effects and toxicity. A popular remedy in Germany and Austria – Goethe used it in teas for angina – it was known as "mountain tobacco," "herb of falls," or "poor man's China," once used as an alternative to quinine against malaria and intermittent fevers. Today, internal use is avoided due to toxicity, while external applications remain common: legally recognized in Germany, restricted in Great Britain, and considered dangerous in the United States.

Autori dei testi/*Text authors*: Silvia Assini, Matteo Barcella, Cristina Caporusso