

## Fiore dell'anno "Concorso balconi di farfalle" 2017



### La malva selvatica

La **Malva selvatica**, nome latino *Malva sylvestris*, è una pianta erbacea annuale o biennale che appartiene alla famiglia delle Malvacee. La parola "malva" deriva dal greco "*malakos*" che significa morbido e "sylvestris" vuol dire selvatico.

È originaria dell'Europa e dell'Asia, è molto resistente al freddo e cresce spontaneamente nei campi, negli incolti e lungo le strade, anche in ambiente urbano.

La malva ha un fusto diritto e robusto, ricoperto di peluria. L'altezza di questa pianta va da 30 cm fino a 1 m. Le foglie presentano dei margini seghettati e sono anch'esse ricoperte di peluria. I fiori sono rosa tendente al viola con venature più scure.

#### Particolarità

La malva è conosciuta fin dai tempi antichi ed è coltivata anche per le sue proprietà fitoterapeutiche. Vi sono quindi diverse leggende e storie su di essa. Ad esempio, per il famoso erudito Dioscoride (I secolo), il decotto di malva era un rimedio contro tutti i veleni mortali.



La malva era considerata “la pianta officinale utile per tutte le malattie” coltivata fin dagli inizi dell’VIII secolo negli orti dei monasteri e in seguito anche nei giardini delle case. Il detto «*La malva da ogni malattia salva*» la dice lunga su quanto sia considerata questa pianta.

### **Curiosità**

La malva presenta la particolarità di avere un fiore che si muove seguendo gli spostamenti del sole, come il girasole. Questo fenomeno si chiama eliotropismo.

### **Utilizzo**

Di questa pianta vengono impiegati sia i fiori che le foglie. La malva ha proprietà diuretiche, lassative e sedative, inoltre possiede anche delle qualità idratanti, lenitive ed emollienti. Si può infatti adoperare per lenire ferite difficili da rimarginare o in caso di ustioni. Infine, i germogli e le foglie giovani si usano anche per scopi alimentari sia crudi, in insalate di stagione, sia cotti in minestrone e zuppe.