

**SICUREZZA ALIMENTARE**

# **Commestibile o velenosa?**



Istituto Zooprofilattico  
Sperimentale del Mezzogiorno

## SICUREZZA ALIMENTARE

### Imparare a riconoscere le piante velenose per tutelare la propria salute.

In Italia, sono numerose le piante tossiche e velenose presenti in natura.

Alcune sono autoctone, tipiche del bacino del Mediterraneo o delle zone appenniniche, alpine e subalpine, altre sono d'origine esotica, generalmente introdotte per adornare parchi e giardini.

Tra le più importanti e “letali”, la belladonna (*Atropa belladonna*), l'oleandro (*Nerium oleander*), il tasso (*Taxus baccata*) o il ricino (*Ricinus communis*): piante diffuse sul territorio italiano ma che difficilmente possono essere confuse con specie commestibili e causare intossicazioni o avvelenamenti accidentali, come spesso succede ad esempio con i funghi.

Nonostante sia basso, il rischio di intossicazioni non è nullo perché alcune piante velenose sono molto simili ad altre edibili.

Allora come difendersi?

Per tutelare la propria salute ed evitare il rischio di intossicazione da piante velenose, il consumatore può osservare alcune semplici regole:

- Evitare ad esempio la raccolta in campo di piante selvatiche se non si è accompagnati da veri esperti;
- Non fidarsi delle descrizioni di manuali o siti web per distinguere le specie commestibili da quelle tossiche. Le differenze sono spesso minime e cambiano in funzione dello stato vegetativo della pianta;
- Acquistare le verdure da venditori autorizzati e non da ambulanti;
- Preferire prodotti confezionati ed etichettati rispetto a quelli sfusi.

## ***Cicuta. La pianta di Socrate.***



Nota per essere stata usata per la preparazione dell'infuso che diede la morte a Socrate, la cicuta si presenta con **steli sottili e cavi di colore verde** che in alcuni casi possono raggiungere i due metri d'altezza. Le **foglie** hanno l'aspetto molto simile a quelle del **prezzemolo**, sebbene siano più piccole e di colore meno intenso e i **fiori, piccoli e bianchi**, sono raggruppati in ciuffi a forma di ombrello.

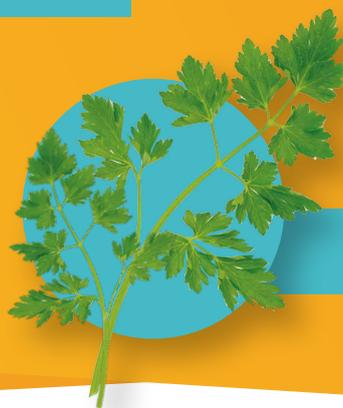
Tutta la pianta **è velenosa a causa di numerosi alcaloidi neurotossici** in essa contenuti.

Nell'intossicazione da cicuta **i sintomi compaiono rapidamente** (circa 15 - 20 minuti dall'ingestione) e si manifestano con bocca secca seguita da tachicardia, tremori, sudorazione, disturbi gastro-enterici, midriasi, convulsioni e paresi muscolare.

## A cosa somiglia?



Prezzemolo



Cerfoglio

La cicuta riveste una certa pericolosità, non solo a causa della sua tossicità intrinseca, ma perché **può essere confusa con il prezzemolo e il cerfoglio**, entrambe piante aromatiche utilizzate in cucina.

Oltre che dall'aspetto delle foglie, la cicuta è facilmente riconoscibile dal nauseabondo odore di urina, emesso quando spezzata.

In natura, sono diverse le tipologie di cicuta. C'è la **cicuta maggiore** (*Conium maculatum* L.), la **minore** (*Aethusa cynapium* L.) e l'**acquatica** (*Cicuta virosa*).

## ***Stramonio. L'erba del diavolo.***



Lo stramonio è una pianta erbacea appartenente alla famiglia delle Solanacee il cui fusto può sfiorare i due metri d'altezza.

Come altre specie del genere *Datura* è una pianta altamente velenosa a causa dell'elevata concentrazione di potenti alcaloidi, in particolare scopolamina e atropina, presenti in tutta la pianta e soprattutto nei semi.

A causa delle sue capacità allucinogene e narcotiche è nota anche come erba del diavolo o erba delle streghe.

Lo stramonio è diffuso in America, Asia ed Europa, in Italia si trova in tutte le regioni, dalle pianure alle zone sub-montane. **Cresce negli incolti, vicino ai ruderi e nei margini delle strade, anche come infestante nei terreni incolti.**

Le foglie sono di grandi dimensioni, con un margine irregolare e frastagliato e dotate di un picciolo, i frutti assomigliano a piccole noci spinose, contenenti numerosi semi, rugosi e neri, di 3-4 mm. I fiori, bianchi e campaniformi, sbocciano tra luglio e ottobre e rimangono chiusi di giorno.

## A cosa somiglia?



Broccolo



Spinacio

**Le foglie dello stramonio**, in particolare delle piante giovani e senza fiori, possono essere confuse con quelle di piante edibili quali **i broccoli e gli spinaci**, ciò accresce il rischio d'intossicazione involontaria. La sintomatologia ricalca quella dell'avvelenamento da cicuta.

In natura è possibile trovare due tipologie di stramonio: la **Datura stramonium** e la **Datura wrightii**.

## ***La Madragora o Mandragola. Pianta Mediterranea.***



La Mandragora è una pianta appartenente, come lo stramonio, alla famiglia delle Solanaceae. Essa è caratterizzata dalla particolare **forma antropomorfa della radice**. E' una pianta erbacea perenne di piccole dimensioni (10-30 cm) con foglie di 2x5 cm circa, provviste di corto picciolo. I fiori sono piccoli, violacei e raggruppati.

La Mandragora è una pianta strettamente mediterranea, tipica dei terreni calcarei e soleggiati, corrispondenti all'areale costiero coincidente con la così detta fascia dell'olivo.

La mandragora contiene alcuni **alcaloidi tossici che causano disturbi gastroenterici e neurotossici**. Sebbene il rischio d'intossicazione per ingestione accidentale di mandragora sia minore rispetto allo stramonio, a causa della minore diffusione e tossicità di questa solanacea, nel 2002 in Sicilia (Piccillo et al Eur J Emerg Med.) è stato descritto un caso multiplo di avvelenamento da Mandragora autumnalis.

## ***A cosa somiglia?***



**Borragine**

Le foglie, ma più difficilmente la pianta, possono essere infatti confuse con quelle di altre specie commestibili, in particolare **la borragine** (*Borago officinalis*).

In natura è possibile trovare la **Mandragora autumnalis** e la **Mandragora officinarum**.