



OLIVO

Nome scientifico: *Olea Europea*

Categoria tassonomica: Specie

Classificazione superiore:

Caratteristiche:

Scheda tecnica

Albero sempreverde, molto longevo ha crescita lenta ed è molto longevo: in condizioni climatiche favorevoli può diventare millenario e arrivare ad altezze di 15-20 metri. La pianta comincia a fruttificare dopo 3-4 anni dall'impianto. Il tronco inizialmente è cilindrico ed eretto, diviene con l'età largamente espanso alla base, irregolare, sinuoso e nodoso, spesso cavo; La corteccia è grigio-verde e liscia fino al decimo anno circa, poi nodosa, scabra con solchi profondi e screpolata in placchette quadrangolari. Le foglie sono semplici, opposte, coriacee, lanceolate. La pagina superiore è opaca, di colore verde glauco e glabra, quella inferiore è più chiara.

Impiego:

Le foglie di ulivo sono particolarmente ricche di proprietà in particolare si sono dimostrate attive nei confronti di microrganismi patogeni: virus, batteri, funghi, ecc. e quindi sono in grado di difendere dalle affezioni. In più sono capaci di sostenere il sistema immunitario e di agire positivamente sul sistema cardiovascolare in particolare migliorando la pressione ma anche riequilibrando i valori del colesterolo.

L'olio che si ricava dalla spremitura delle olive, a freddo e senza solventi(olio extra vergine di oliva), ha grandi proprietà medicinali: ha la capacità di sciogliere in parte, il colesterolo eccessivo che altrimenti si accumula. Inoltre depura il fegato, riduce la flatulenza , favorisce il mantenimento sulla flora batterica è un buon depurativo. E' inoltre un lenitivo della pelle. La pianta dell'olivo anticamente veniva considerata come un simbolo di pace, di trionfo, di vittoria, d'onore, ed il suo frutto era principalmente utilizzato per riti e cerimonie di purificazione. Gli antichi dicevano: il Mediterraneo comincia e finisce con l'olivo! Oggi sappiamo che la coltivazione dell'olivo va ben oltre il Mediterraneo, ma abbiamo la consapevolezza che assieme con l'olivo si è diffusa nel mondo una civiltà alimentare, frutto della saggezza e dell'esperienza di 6000 anni, riscoperta dalla scienza contemporanea viene comunemente definita "**Dieta**

Mediterranea"

Davvero una pianta magica!!

Diffusione:

(Colorare la carta geografica)

