

Mariantonietta Tudisco

# La flora dell'Appennino

**G**li Appennini sono una catena montuosa che si estende da Nord a Sud per circa 1400 Km lungo la penisola italiana. Le montagne che li caratterizzano hanno pendii poco ripidi e di fatto poche di esse superano i 2000 metri. Si suddividono in Appennino settentrionale, centrale e meridionale. Nell'Appennino meridionale si trovano anche due vulcani ancora attivi, il Vesuvio e l'Etna ed altri che vengono considerati spenti, tra cui il Vulture.

La vegetazione appenninica cambia secondo l'altitudine. Tra i 500 e i 1000 metri troviamo molti boschi di querce e castagni. Sopra i 1000 metri ci sono faggi, abeti e pini. Al di sopra dei 1800 metri incontriamo soprattutto prati. Solo sul Vulture assistiamo ad un'inversione termica che ha portato ad un cambiamento dei microclimi e quindi a nuovi adattamenti vegetazionali.

Il clima degli Appennini varia di zona in zona e dipende da tre elementi: 1) l'altitudine o quota; 2) la posizione geografica; 3) la distanza dal mare.

In genere gli inverni sugli Appennini sono freddi e asciutti, le estati sono fresche e ventilate. In primavera e in autunno generalmente piove molto e questo provoca, in alcune zone italiane, le piene di fiumi che a volte straripano.

Sugli Appennini la flora è diversa a seconda dell'altitudine: sopra i 1800 metri si trovano prati e pascoli od anche rocce affioranti; tra i 1800 e i 1000 metri si trovano i cipressi ed i boschi di castagni e di querce; più in basso crescono i faggi, gli abeti e alcuni pini.

In alcune zone degli Appennini meridionali piove molto poco durante l'anno, così da esserci poca vegetazione. I disboscamenti di alcune zone ed i continui incendi di alcune aree hanno portato ad un cambiamento degli ecosistemi per cui alcune specie pian piano cercano di ripopolare nuovi areali.

Esistono molte erbe spontanee perenni o stagionali che i nostri avi usavano per mangiare e per curarsi. Alcune di esse sono particolar-

mente diffuse in tutta l'area degli Appennini e per questo è giusto ricordarle e farle conoscere ai visitatori delle nostre montagne che sempre, più sono meta di turisti che amano passeggiare e conoscere i luoghi del silenzio. Queste specie che si trovano nelle varie stagioni nel sottobosco o ai limiti delle strade, nascondono importanti benefici che noi non consideriamo neanche.

Al giorno d'oggi assistiamo al ritorno dell'esigenza di "curare" l'uomo con i rimedi di un

Alcune erbe spontanee, che i nostri avi usavano per mangiare e per curarsi, sono diffuse in tutta l'area degli Appennini e per questo è giusto ricordarle e farle conoscere ai visitatori delle nostre montagne



tempo visto che sono in uso oltre 15000 tipi di farmaci di sintesi che hanno soppiantato la cura naturale di alcuni malesseri. È importante saper riconoscere le piante, ma le ricette devono essere prescritte da farmacisti o erboristi esperti. Anche i medici curanti devono sapere se si

fa uso di medicine alternative perché potrebbe succedere che i principi attivi dei farmaci di sintesi e quelli delle piante potrebbero interagire tra loro e creare disagi al malcapitato. Per cui è bene fidarsi di chi conosce bene le piante e non fare come si suol dire “di ogni erba un fascio”.

