



FITOESTRATTO DI GRAMIGNA

azione diuretica e depurativa

SOMMARIO

La *Agropyrum repens*, questo il nome scientifico della gramigna per uso curativo, è una tipologia di erba presente soprattutto in Europa, Africa e Asia. Data la sua veloce crescita, è una delle piante più diffuse nei prati a crescita naturale, così come anche nei sottoboschi. Detta anche dente canino, proprio perché spesso masticata dai cani per agevolare la digestione, le sue proprietà farmacologiche sono davvero importanti.



FUNZIONALITÀ

A scopo terapeutico, della gramigna vengono utilizzati i rizomi, ovvero le estensioni orizzontali e spesso adagiate sul terreno che costituiscono una sorta d'estensione della radice. Al loro interno sono rilevabili oli essenziali, saponine, polifenoli, mucillagini, tricitina e agropirene. I due ultimi composti, in particolare, determinano rispettivamente la peculiarità diuretica e antisettica dell'erba. Date queste caratteristiche, la gramiglia è solitamente impiegata nelle attività di depurazione e diuresi, ma anche per il trattamento di piccoli inestetismi della pelle.



FUNZIONALITÀ

Normalmente assunto tramite infuso o decotto, il rimedio naturale viene impiegato nei seguenti casi generali:

Depurazione: la somministrazione nel breve e medio periodo aiuta a eliminare eventuali tossine presenti nel corpo, magari per eccessi alimentari oppure legati all'assunzione di alcol. Come appare evidente, questo processo passa sempre per l'attività diuretiche già ampiamente menzionata.

Apparato digerente: dato il potere antisettico e la presenza di mucillagini, la gramigna può essere utile per combattere i piccoli disturbi a carico dell'apparato digerente. Oltre a sfiammare un esofago irritato e ridurre gli effetti spiacevoli di una gastrite, aiuta anche la regolarità intestinale sbloccando gli stati di severa stipsi.

