

S. MACCIONI (*), G. MONTI (*), G. FLAMINI (**), P.L. CIONI (**), I. MORELLI (**), E. GUAZZI (***)

RICERCHE ETNOBOTANICHE IN LIGURIA. LA VAL LERRONE E LA BASSA VALLE ARROSCIA

Riassunto - Gli Autori descrivono una ricerca etnobotanica condotta in Val Lerrone e nella bassa Valle Arroscia, vicino ad Albenga, nella Liguria occidentale. Questo studio si inserisce in un progetto più ampio riguardante la raccolta delle tradizioni orali in Liguria. Le entità vegetali individuate sono 76, di cui 61 utilizzate a scopo terapeutico. Per alcune di esse (*Arundo donax* L., *Hieracium pilosella* L., *Inula viscosa* (L.) Aiton, *Petroselinum sativum* Hoffm., *Teucrium polium* L.) sono stati riscontrati utilizzi terapeutici originali.

Parole chiave - Etnobotanica, Liguria, Val Lerrone, bassa Valle Arroscia.

Abstract - *Ethnobotanical researches in Liguria. The Lerrone and the Lower Arroscia Valleys.* The Authors describe an ethnobotanical research concerning the Lerrone and the Lower Arroscia Valleys, near Albenga, in Western Liguria. This study is part of a project that aims to collect traditional knowledge in Liguria. The identified entities are 76, 61 of which are used as medicinal plants. Some unusual medicinal uses have been found for *Arundo donax* L., *Hieracium pilosella* L., *Inula viscosa* (L.) Aiton, *Petroselinum sativum* Hoffm. and *Teucrium polium* L.

Key words - Ethnobotany; Liguria; Lerrone Valley, Lower Arroscia Valley.

INTRODUZIONE

Studi etnobotanici e fitochimici riferiti alla Liguria sono in corso da alcuni anni presso il Dipartimento di Scienze Botaniche dell'Università di Pisa, in collaborazione con il Dipartimento di Chimica Bioorganica e Biofarmacia (Flamini *et al.*, 1994, 2004; Maccioni, 2001, 2003; Maccioni *et al.*, 1992, 1995, 2000, 2005; Monti *et al.*, 2001).

Scopo di questo lavoro è contribuire alla conoscenza degli usi medicinali delle piante nella Val Lerrone e nella bassa Valle Arroscia, ubicate nell'entroterra di Albenga, in provincia di Savona, nella Liguria occidentale.

MATERIALI E METODI

La ricerca si è svolta dal 1999 al 2001, tramite interviste agli abitanti dei numerosi borghi, specialmente alle persone anziane, depositarie delle tradizioni tramandate oralmente. Le piante sono state raccolte con l'aiuto

degli intervistati e in seguito sono state identificate (Pignatti, 1997; Tutin *et al.*, 1964-80). I dati sono stati organizzati in un archivio informatico realizzato su piattaforma Windows 95/98, utilizzando il Database relazionale Microsoft Access 7.0.

RISULTATI

Le piante per le quali si è registrato un impiego nell'etnobotanica delle due valli sono 76, suddivise a seconda dell'utilizzo in: 61 medicinali, 6 veterinarie, 20 alimentari minori, 8 aromatizzanti, 1 di uso cosmetico, 1 di uso tintorio, 7 impiegate per l'alimentazione degli animali, 5 di uso domestico, 4 che compaiono in riti e credenze, 4 citate nei proverbi (Manieristi *et al.*, 2005).

Di seguito sono elencate le entità vegetali utilizzate a scopo medicinale, secondo l'ordine alfabetico delle famiglie e, all'interno di queste, delle specie. Per ciascuna sono riportati il nome scientifico, i nomi dialettali, la droga utilizzata, le modalità di impiego e le patologie per le quali si usa. I numeri tra parentesi si riferiscono alle preparazioni composte, trattate nelle conclusioni.

Per la pronuncia corretta dei nomi dialettali si è reso necessario inserire alcuni segni: *j* si legge come la *j* francese; *i* si legge come il francese *ll* di *fille*; *ö* si legge come la *eu* francese di *deux*; *ü* si legge come la *u* francese di *plus*; *ś* si legge come la *s* dolce di «rosa»; *sc-c* si legge come la *sc* di «scena» seguita da una *c* come quella di «ciao»; *ž* si legge come la *z* dolce di «zanzara» (Manieristi *et al.*, 2005).

Adiantaceae

Adiantum capillus-veneris L. - Capuvéneru, cavu-véneru

L'infuso delle fronde fresche si utilizza come depurativo ed espettorante.

Aspleniaceae

Ceterach officinarum DC. - Erba de rüssa, erba rüje, erba rüze

L'infuso delle fronde viene impiegato come depurativo, il loro decotto come bechico.

Asteraceae

Artemisia absinthium L. - Bon megu, erba ca spüssia
Le foglie fresche vengono utilizzate, stropicciate e poi

(*) Dipartimento di Scienze Botaniche dell'Università, via Luca Ghini 5, 56126 Pisa.

(**) Dipartimento di Chimica Bioorganica e Biofarmacia dell'Università, via Bonanno, 56126 Pisa.

(***) Servizio Ricerca e Conservazione del Parco Regionale delle Alpi Apuane, v.le della Stazione, Massa.

annusate, come vermifughe. In passato il loro infuso veniva impiegato come abortivo (1).

Chamomilla recutita (L.) Rauschert - Camamila, camamilla

L'infuso dei fiori si utilizza come digestivo; per uso esterno si usa per fare impacchi sugli occhi arrossati. L'olio di oliva in cui sia stata scaldata una manciata di fiori viene applicato nell'orecchio, con un po' di cotone, per curare le otiti; il suddetto olio è utilizzato anche per fare frizioni sulla parte dolorante, in caso di dolori artritici, e per massaggi sul petto nella cura della bronchite.

Hieracium pilosella L. - Erba perusetta, perusetta

I contadini che, lavorando nei campi, si procurano ferite con arnesi da taglio masticano alcune foglie fresche e le applicano sulla ferita come cicatrizzanti.

Inula viscosa (L.) Aiton - Nasc-ca, nasca

Il decotto delle parti lignificate si usa in impacchi per detergere e cicatrizzare le ferite.

Taraxacum officinale Weber - Cössce negre, dènte de can, sciùsciùn

Il decotto delle foglie e delle radici è utilizzato come depurativo. Allo stesso scopo si consumano in insalata le foglie fresche o lessate.

Boraginaceae

Borago officinalis L. - Buraje

L'infuso delle foglie viene utilizzato come emolliente bronchiale. Le foglie lessate si consumano in insalata come depurative.

Pulmonaria officinalis L. - Erba du cataru, sussette, tettin da madonna

L'infuso e il decotto delle foglie fresche sono impiegati nella cura della bronchite.

Caprifoliaceae

Sambucus nigra L. - Sambrügu, sc-ciupetu

L'infuso dei fiori freschi o essiccati si usa per fare impacchi sugli occhi arrossati.

Chenopodiaceae

Beta vulgaris L. - Gea sarvaiga, gé sarvaiga, gé sarvoiga

Le foglie lessate vengono consumate in insalata come depurative.

Crassulaceae

Sedum telephium L. - Föie de muneu, föie dö muriöu, föie do murié, rişin

Le foglie fresche, private dell'epidermide e scaldate su una superficie arroventata, si applicano su ferite e foruncoli.

Umbilicus rupestris (Salisb.) Dandy - Cappelli, capeletti, capeletti di mürai, cucullu

Le foglie fresche pestate si applicano su calli e geloni.

Cruciferae

Brassica oleracea L. - Coru

Le foglie fresche si applicano sulle ginocchia affette da edema.

Nasturtium officinale R. Br. - Bruja našu, cresciùn

Le foglie fresche vengono consumate in insalata come depurative e diuretiche, soprattutto nella cura dei disturbi della prostata.

Equisetaceae

Equisetum arvense L. - Cua de cavallu, pinallo, pinettu

L'infuso delle fronde viene utilizzato come diuretico.

Ericaceae

Arbutus unedo L. - Armurìn, marmugnìn

I frutti freschi vengono consumati come astringenti intestinali.

Euphorbiaceae

Mercurialis annua L. - Mercurina, marcurina

L'infuso delle foglie fresche viene utilizzato come diuretico, soprattutto nella cura dei disturbi della prostata.

Gentianaceae

Centaurium erythraea Rafn - Erba amara, erba da freve

L'enolito preparato con le sommità fiorite essiccate, macerate nel vino caldo, si beve prima dei pasti come aperitivo. L'infuso preparato con le sommità fiorite, fresche o essiccate, si utilizza come febbrifugo.

Gramineae

Arundo donax L. - Cana, canna

Un internodo fresco si riempie di zucchero e si lascia una notte all'aperto: lo zucchero si scioglie e forma uno sciroppo che viene dato ai bambini per curare la pertosse.

Cynodon dactylon (L.) Pers. - Gramégna, gramigna

Il decotto preparato con il rizoma si assume come diuretico e depurativo (3).

Hordeum vulgare L. - Ordiu

Il decotto dei frutti si utilizza come espettorante.

Triticum aestivum L. - Gran

Con la farina e l'albumine d'uovo sbattuto si fanno cataplasmi in caso di mal di denti. La crusca, scaldata e applicata sul petto dentro un sacchetto di tela, è utile nella cura delle affezioni respiratorie; allo stesso scopo si mette sulla brace per fare suffumigi. In passato la crusca si faceva bollire nell'acqua, che poi si filtrava, si lasciava intiepidire e si usava per fare il bagno ai bambini, in quanto preveniva l'arrossamento cutaneo.

Zea mays L. - Granùn

Il decotto di stili e stimmi, le cosiddette «barbe», si utilizza come diuretico, soprattutto in caso di cistite (2).

Guttiferae

Hypericum perforatum L. - Sangue novù, sangue spassu, erba de san giuani, erba de san giuanni

L'oleito che si ottiene lasciando le sommità fiorite a macerare nell'olio d'oliva si applica sulle ustioni e sulle piaghe.

Labiatae

Rosmarinus officinalis L. - Rošumarìn, rušumarìn

Il decotto delle foglie si impiega per calmare la tosse (7). Le foglie fresche si usano per fare suffumigi in caso di affezioni respiratorie (6). In passato si bruciavano per disinfettare l'aria nelle stanze dopo una malattia.

Salvia officinalis L. - Sarvia

Le foglie fresche si usano per fare suffumigi in caso di affezioni respiratorie (6).

Teucrium chamaedrys L. - Calamandrina

L'infuso e il decotto delle foglie vengono utilizzati come ipotensivi (5).

Teucrium polium L. - Erba de bagarìma

L'infuso delle parti aeree viene impiegato per curare la tosse.

Thymus vulgaris L. - Tùmaru, tùmeru

L'infuso delle foglie si assume per curare la tosse (7).

Liliaceae

Allium cepa L. - Seulla, sevula

Il succo di una cipolla fresca si applica in compresse sulle punture di api e di vespe.

Allium sativum L. - Agliu, aiu

I bulbi si usano per fare collane, oppure vengono pestati e annusati come vermifughi. Il bulbo fresco pestato si applica sulle ferite.

Asparagus acutifolius L. - 'sparagu sarvàuigu, 'spareghin, 'spàregu

L'infuso delle radici si assume come diuretico (2).

Linaceae

Linum usitatissimum L. - Lin

Con il decotto dei semi si fanno cataplasmi sul petto per curare le affezioni respiratorie.

Malvaceae

Malva sylvestris L. - Varma

Il decotto delle foglie si impiega come depurativo e lassativo (4); si usa inoltre per fare sciacqui in caso di mal di denti e impacchi sui foruncoli e sulle piaghe; per quest'ultimo scopo si fanno anche cataplasmi con le foglie lessate.

Moraceae

Ficus carica L. - Figu

Alcuni fichi secchi si fanno bollire nel latte, che poi si assume per calmare la tosse. Il lattice che fuoriesce dai fichi acerbi si applica su porri e verruche.

Myrtaceae

Eucalyptus globulus Labill. - 'calittu, eucalittu

L'infuso preparato con i frutti e il decotto delle foglie, a volte anche assieme ai frutti, si usano per fare inalazioni e suffumigi in caso di affezioni respiratorie.

Oleaceae

Fraxinus ornus L. - Frasciaru, frassceru, frasciaru

La corteccia interna fresca dei giovani rami viene masticata e il succo amaro che si ottiene viene utilizzato come antispasmodico intestinale.

Olea europaea L. - Uriva

L'olio si applica sulle bruciate. Il decotto delle foglie si utilizza come ipotensivo (5); a Garlenda si ritiene che le foglie della varietà «merlina» siano più efficaci delle altre.

Papaveraceae

Chelidonium majus L. - Erba di purin

Il lattice della pianta fresca si applica su porri e verruche.

Pinaceae

Pinus halepensis Miller - Pin masc-ciu

Il decotto delle foglie si usa per fare suffumigi in caso di affezioni respiratorie.

Plantaginaceae

Plantago lanceolata L. - Sinque nervi, sinqui nervi, uregge de lebre

Le foglie fresche vengono applicate sui foruncoli e sui tagli, soprattutto dai contadini quando si feriscono con gli arnesi da taglio.

Plantago major L. - Sampe de bò, sinque nervi, sinqui nervi

Gli utilizzi sono i medesimi della specie precedente.

Ranunculaceae

Clematis vitalba L. - Viàrbura, viàrbure, viérbura

In caso di mal di denti, il fusto essiccato si fuma come una sigaretta, perché si ritiene che abbia un effetto analgesico.

Ranunculus ficaria L. - Prevellina

Le foglie fresche vengono consumate in insalata come depurative.

Rosaceae

Crataegus monogyna Jacq. - Bössaru, bosseru

L'infuso delle foglie fresche si utilizza come febbrifugo.

Malus domestica Borkh. - Méra, mèria

Il decotto di mele si assume in caso di tosse e mal di gola; allo stesso scopo si applica il cataplasma di mele schiacciate e scaldate. L'infuso di mele essiccate si utilizza come depurativo.

Prunus avium L. - Cereja, cirejia

L'infuso dei piccioli fiorali viene utilizzato come diuretico, soprattutto per curare la cistite.

Prunus domestica L. - Brigna

Il decotto dei frutti essiccati si assume come lassativo (4).

Sanguisorba minor Scop. - Erba nuje

Le foglie fresche vengono consumate in insalata come astringenti intestinali.

Rutaceae

Citrus limon (L.) Burm. f. - Limùn

Il succo di un limone fresco si utilizza come astringente intestinale.

Ruta chalepensis L. - Rùia, rùga

Le foglie fresche vengono stropicciate e poi annusate come vermifughe.

Scrophulariaceae

Verbascum thapsus L. - Leventùn, luvìun

Le foglie fresche pestate si applicano su ferite e piaghe.

Solanaceae

Solanum tuberosum L. - Patata, patatta

Sulle scottature si applicano alcune piccole fette di patata, dalle proprietà antiflogistiche e lenitive.

Tiliaceae

Tilia cordata Miller - Teïa, tagliu

L'infuso dei fiori si utilizza come calmante.

Umbelliferae

Foeniculum vulgare Miller - Fenugettu sarvàuigu, fenuiettu sarvòigu

L'infuso dei semi si impiega come depurativo e carminativo.

Petroselinum sativum Hoffm. - Brunsemmu, brunsemu

Alcune foglie sminuzzate e amalgamate con olio di oliva si applicano in caso di mal di denti. In passato per curare la stitichezza, specialmente dei bambini, si infilava nel retto una piccola costa imbevuta nell'olio. Il decotto dei semi si utilizzava come abortivo (1).

Urticaceae

Parietaria officinalis L. - Gambarussa

Il decotto delle parti aeree si impiega come diuretico, lassativo e depurativo (3).

Urtica dioica L. - Urtiga

In caso di sciatalgia alcune foglie fresche vengono tritate e applicate sul tallone; questo trattamento provoca la formazione di una vescica e quando il liquido fuoriesce il dolore cessa.

Valerianaceae

Valerianella locusta (L.) Laterrade - Sarjettu sarvàuigu, sarjettu sarvòigu

Le foglie fresche vengono consumate in insalata come depurative.

Vitaceae

Vitis vinifera L. - Viu

La linfa che fuoriesce dai tralci tagliati si friziona sul cuoio capelluto per irrobustire i capelli e stimolarne la crescita. L'aceto, mescolato con acqua, si usa come disinfettante della bocca per i bambini che soffrono di mugghetto.

CONCLUSIONI

Sono state identificate 61 specie vegetali impiegate a scopo terapeutico nella medicina popolare della Val Lerrone e della bassa Valle Arroscia. Esse appartengono a 34 famiglie, tra le quali le più rappresentate sono Asteraceae, Gramineae, Labiatae e Rosaceae.

Le droghe maggiormente utilizzate sono le foglie (48%), i frutti (13%), i fiori (10%) e le parti sotterranee (9%); meno frequente l'uso di altre parti della pianta come semi, fusto, corteccia, o di sostanze estratte (succhi, lattice).

Tra le preparazioni viene impiegata molto frequentemente la droga fresca (44%), soprattutto per cataplasmi e suffumigi, poi i decotti (24%) e gli infusi (23%); più raramente si fa ricorso a sciroppi, macerati e droga lessata.

Sono state registrate 7 preparazioni composte, diverse da quelle registrate in altre parti della Liguria (Bandini, 1961; Gastaldo *et al.*, 1979; Martini, 1981, 1983; Maccioni, 2003; Maccioni *et al.*, 2000):

1. *Artemisia absinthium* (foglie), *Petroselinum sativum* (foglie) - abortivo: si beve il decotto.
2. *Asparagus acutifolius* (radice), *Zea mays* (stili, stimmi) - diuretico: si beve il decotto.
3. *Cynodon dactylon* (rizoma), *Parietaria officinalis* (foglie) - depurativo: si beve il decotto.
4. *Malva sylvestris* (foglie), *Prunus domestica* (frutto) - lassativo: si beve il decotto.
5. *Olea europaea* (foglie), *Teucrium chamaedrys* (foglie) - ipotensivo: si beve il decotto.
6. *Rosmarinus officinalis* (foglie), *Salvia officinalis* (foglie) - balsamico: si fanno suffumigi.
7. *Rosmarinus officinalis* (foglie), *Thymus vulgaris* (foglie) - bechico: si beve il decotto.

Le patologie curate sono soprattutto quelle a carico dell'apparato gastroenterico, dell'apparato respiratorio e della pelle. La maggior parte degli usi medicinali ritrovati sono noti in letteratura (AA.VV., 1985, 1994; Benigni *et al.*, 1964; Bilia *et al.*, 1980; Chemical abstracts; Duke, 1985; Font Quer, 1988; Gastaldo, 1987; Napralert; Negri, 1979; Paris & Moyse, 1971; Valnet, 1975, 1978, 1984). Risultano originali gli usi di *Arundo donax* e *Teucrium polium* come bechici, *Hieracium pilosella* e *Inula viscosa* come cicatrizzanti, *Petroselinum sativum* come analgesico.

Il confronto con altre zone della Liguria (Bandini, 1961; Bertagnon, 1955; Bianco Accame, 1994; Chiovienda Bensi, 1960; Curi, 1985; Gastaldo *et al.*, 1979; Maccioni, 2003; Maccioni *et al.*, 1995, 2000; Marchini & Maccioni, 1998a, 1998b, 1999; Martini, 1981, 1983; Massajoli, 1984; Oddo, 1997; Plomteux, 1981; Schmucker, 1989; Villa, 1983) evidenzia che per *Teucrium polium* questo è il primo dato registrato. L'uso come cicatrizzante di *Hieracium pilosella* era

noto solo in Valle Argentina (Oddo, 1997), prossima all'area esaminata, mentre quello di *Inula viscosa* era noto per le Cinque Terre e la Val di Magra, in Liguria orientale (Chioyenda Bensi, 1960; Maccioni, 2003). *Petroselinum sativum* è ben conosciuto nella medicina popolare della Liguria, ma non per curare il mal di denti; così come *Vitis vinifera* che solo in Val di Magra, nella Liguria orientale, si usa per curare le infiammazioni della bocca (Maccioni, 2003; Marchini & Maccioni, 1998a).

È interessante notare infine che la preparazione di *Arundo donax* contro la pertosse è la medesima sia nella Liguria occidentale (Marchini & Maccioni, 1998b; Maccioni *et al.*, 2000) sia nella Liguria orientale (Maccioni *et al.*, 1995; Marchini & Maccioni, 1998a). I dati raccolti mettono dunque in evidenza per alcune specie vegetali utilizzi medicinali insoliti, la cui validità potrà essere verificata dalle ricerche fitochimiche e farmacologiche.

Inoltre, come già era stato evidenziato per l'estremo Ponente (Maccioni *et al.*, 2000), anche per il territorio indagato si è potuta stabilire l'esistenza di connessioni con le valli della provincia spezzina, la più orientale della Liguria.

In conclusione si può affermare che in Val Lerrone e nella bassa Valle Arroscia, come nel resto della Liguria, le tradizioni popolari e in particolare quelle relative alle piante utilizzate a scopo medicinale sono ancora vive. Sarebbe dunque interessante continuare il lavoro di ricerca sul campo, incontrando e intervistando soprattutto gli anziani, depositari di una cultura orale che va scomparendo.

RINGRAZIAMENTI

Gli Autori desiderano ringraziare Giuseppe Marchini, per l'insostituibile collaborazione, e tutte le persone che hanno fornito informazioni, in particolare Marina Manieristi, Bartolomeo Carlo Usanna e Rosa Manero Simone.

BIBLIOGRAFIA

- AA.VV., 1985. Manuale di Fitoterapia. Inverni e Della Beffa Ed., Milano.
- AA.VV., 1994. Repertorio Fitoterapico. Refit 1994. Organizzazione Editoriale Medico Farmaceutica, Milano.
- Bandini A., 1961. Le piante della medicina tradizionale nell'Alta Valle di Vara (Liguria orientale). *Webbia* 16 (1): 143-163.
- Benigni R., Capra C., Cattorini P.E., 1964. Piante medicinali. Voll. 1-2. Inverni e Della Beffa Ed., Milano.
- Bertagnon E., 1955. Sulla flora medicinale della Liguria. Usi tradizionali nell'Alta Fontanabuona. *Atti Accad. Lig. Sci. Lett. Genova* 11 (1954): 201-214.
- Bianco Accame B., 1994. Piante di casa nostra, Diario botanico di una farmacista di Riviera. De Ferrari Ed., Genova.
- Bilia A.R., Cioni P.L., Morelli I., 1980. I rimedi naturali di origine vegetale. ETS Ed., Pisa.
- Chemical abstracts: www.library.ubc.ca/scieng/ca/frameca.htm
- Chioyenda-Bensi C., 1960. Florula medicinale delle Cinque Terre. *Webbia* 15: 631-641.
- Curi F., 1985. Pilloe de gallinn-a e sciopo de cantinn-a. Archivio per le tradizioni popolari della Liguria, Vol. I-II (1984/1985), Genova: 55-63.

- Duke J.A., 1985. Handbook of medical herbs. CRC Press, Florida.
- Flamini G., Cioni P.L., Morelli I., Maccioni S., Baldini R., 2004. Phytochemical typologies in some populations of *Myrtus communis* L. on Caprione Promontory (East Liguria, Italy). *Food Chemistry* 85: 599-604.
- Flamini G., Maccioni S., Tomei P.E., Cioni P.L., Morelli I., 1994. Characterization of the volatile fraction of a *Sideritis romana* population from Montemarcello (Eastern Liguria). *J. Essential Oil Res.* 6 (3): 239-242.
- Font Quer P., 1988. Plantas medicinales el dioscorides renovado. Labor Ed., Barcelona.
- Gastaldo P., 1987. Compendio della flora officinale italiana. Piccin Ed., Padova.
- Gastaldo P., Barberis G., Fossati F., 1979. Le piante della medicina tradizionale nei dintorni di Praglia (Appennino ligure-piemontese). *Atti Accad. Lig. Sci. Lett. Genova* 35: 3-36.
- Maccioni S., 2001. Piante tra medicina e magia nello spezzino. *Mem. Accad. Lunigian. Sci.* 70: 61-74.
- Maccioni S., 2003. Piante della medicina popolare in Val di Magra. *Mem. Accad. Lunigian. Sci.* 71: 203-218.
- Maccioni S., Baldini R., Monti G., Flamini G., Cioni P.L., Morelli I., 2005. In vivo volatiles emission and essential oils from different organs and pollen of *Cistus albidus* from Caprione (Eastern Liguria, Italy). In stampa.
- Maccioni S., Flamini G., Cioni P.L., Tomei P.E., Morelli I., 1992. Le tipologie fitochimiche in alcune popolazioni di *Thymus vulgaris* L. sul promontorio del Caprione (Liguria orientale). *Rivista Italiana EPPOS* 7: 13-18.
- Maccioni S., Monti G., Flamini G., Cioni P.L., Guazzi E., 2000. Ricerche etnobotaniche in Liguria. L'estremo Ponente. In: Atti del Colloquio «Botanica Farmaceutica ed Etnobotanica». *Informatore Botanico Italiano* 31 (1-3): 177-180.
- Maccioni S., Tomei P.E., Rizzo A., 1995. L'uso medicinale delle specie vegetali selvatiche e coltivate nella tradizione popolare della bassa Val di Magra. *Mem. Accad. Lunigian. Sci.* 64-65 (II): 389-435.
- Manieristi M., Marchini G., Maccioni S., 2005. Tradizioni in Val Lerrone e bassa Valle Arroscia. Delfino Ed., Albenga, in stampa.
- Marchini G., Maccioni S., 1998a. Liguria in parole povere. Bassa Val di Magra. Sagep Libri e Comunicazione Ed., Genova: 103-150.
- Marchini G., Maccioni S., 1998b. Liguria in parole povere. Val Nerva e Val Roja. Sagep Libri e Comunicazione Ed., Genova: 92-137.
- Marchini G., Maccioni S., 1999. Liguria in parole povere. Val di Vara. Sagep Libri e Comunicazione Ed., Genova: 121-170.
- Martini E., 1981. La fitoterapia popolare in Val Borbera (Appennino Ligure). *Webbia* 35 (1): 187-205.
- Martini E., 1983. La fitoterapia popolare nell'Alta Valle dell'Orba (Appennino Ligure). *Atti Accad. Lig. Sci. Lett. Genova* 39: 3-25.
- Massajoli P., 1984. Cultura alpina in Liguria. Realdo e Verdeggia. Sagep Ed., Genova: 211-216.
- Monti G., Cioni P.L., Flamini G., Maccioni S., Ansaldo M., 2001. Studi ecologici e fitochimici della popolazione di *Satureja montana* L. del M. Brina di Falcinello (La Spezia), su serpentino, a confronto con popolazioni limitrofe su calcare. Atti Convegno Nazionale «Le ofioliti». Riserva Naturale Monte Prinzerza (PR), 22-23 giugno: 145-163.
- Napralert: www.cas.org./ONLINE/DBSS/napralertss.html
- Negri G., 1979. Nuovo erbario figurato. Hoepli Ed., Milano.
- Oddo S., 1997. La medicina popolare nell'Alta Valle Argentina. Pro Triora Ed., Triora.
- Paris R., Moysse E., 1971. Precise de Matiere Medical. Voll. 2-3. Masson Ed., Paris.
- Pignatti S., 1997. Flora d'Italia. Voll. 1-3. Edagricole, I Ristampa, Bologna.
- Plomteux H., 1981. Cultura contadina in Liguria. La Val Graveglia. Sagep Ed., Genova: 188-195.
- Schmucker A., 1989. Folklore di Liguria, Stregoneria, magia, superstizione e medicina popolare. Cassa di Risparmio di Genova e Imperia, Genova, II: 233-250.
- Tutin T.G., Heywood V.H., Burges N.A., Moore D.M., Valentine D.H., Walters S.M., Webb D.A., 1964-1980. Flora Europaea. Voll. 1-5. Cambridge University Press, Cambridge.

- Valnet J., 1975. Cura delle malattie con ortaggi, frutti e cereali. Giunti-Martello Ed., Firenze.
- Valnet J., 1978. Cura delle malattie con le essenze delle piante. Martello-Giunti Ed., Firenze.
- Valnet J., 1984. Fitoterapia. Martello-Giunti Ed., Firenze.
- Villa R., 1983. Flora dialettale della Mortola. In «Studi di etnografia e dialettologia ligure in memoria di Hugo Plomteux» (a cura di L. Coveri e D. Moreno), Sagep Ed., Genova: 23-24.

(ms. pres. il 2 dicembre 2004; ult. bozze il 14 aprile 2005)