

# Ginkgo biloba

Da Wikipedia, l'enciclopedia libera.



unica specie ancora sopravvissuta nella famiglia [Ginkgoaceae](#), è un albero antichissimo le cui origini risalgono a 250 milioni di anni fa nel Permiano e per questo è considerato un fossile vivente. È una specie relitta, deve la sua resilienza all'elevata resistenza alla siccità e al freddo (-34 °C) e all'inquinamento atmosferico. Il *Ginkgo biloba* è il simbolo della città di Tokyo, anche se la pianta è originaria della Cina; da noi viene chiamata anche **albero di capelvenere**. Il nome *Ginkgo* deriva probabilmente da un'erronea trascrizione del botanico tedesco [Engelbert Kaempfer](#) del nome giapponese [ginkyō](#) (ぎんきょう) derivante a sua volta da quello cinese 銀杏 "yínxìng" (銀, yín «argento» e 杏, xìng «albicocca»; 銀杏 <sup>1</sup>, *yínxìng*, «albicocca d'argento»). Questo nome è stato attribuito alla specie dal famoso botanico [Carlo Linneo](#) nel 1771 all'atto della sua prima pubblicazione botanica ove mantenne quell'erronea trascrizione del nome originale. Il nome della specie (*biloba*) deriva invece dal [latino](#) *bise labus* con riferimento alla divisione in due lobi delle foglie, a forma di ventaglio.

Fossile di una foglia di *Ginkgo biloba* risalente a 60 milioni di anni fa.



È una pianta [arborea](#) che raggiunge un'altezza di 30–40 m, chioma larga fino a 9 m, piramidale nelle giovani piante e ovale negli esemplari più vecchi. La fioritura è primaverile. Particolare il foliage autunnale, di un meraviglioso giallo.

I semi, di cui è commestibile l'embrione dopo la torrefazione, emanano invece odore sgradevole a maturità per la liberazione di acidi carbossilici, in particolare acido butirrico.



La pianta è stata ritenuta estinta per secoli, ma recentemente ne sono state scoperte almeno due stazioni relitte nella provincia dello Zhejiang nella Cina orientale, anche se non tutti i botanici concordano che queste stazioni siano davvero spontanee, perché il Ginkgo è stato estesamente coltivato per millenni dai monaci cinesi.

È una specie eliofila che preferisce una posizione soleggiata e un clima fresco. Non è particolarmente esigente quanto a tipo di terreno anche se vegeta meglio in terreni acidi e non asfittici. È una pianta che sopporta le basse temperature, anche fino a -35 °C.

L'albero di ginkgo è molto utilizzato come pianta ornamentale in parchi, viali e giardini dei centri urbani, grazie alla notevole resistenza agli agenti inquinanti. Viene inoltre utilizzato anche per creare cortine frangivento. Diffuso il suo utilizzo per farne bonsai. Viene coltivato industrialmente in Europa, Giappone, Corea e Stati Uniti per l'utilizzo medicinale delle sue foglie, ma la parte interna legnosa dei semi viene utilizzata come cibo prelibato in Asia e fa parte della tradizione culinaria cinese, sotto il nome di "White Nuts". Ormai numerosi e

Presidente  
 Massimo Alfani  
[Presidente.lcarezzochimera@gmail.com](mailto:Presidente.lcarezzochimera@gmail.com)

1° V Presidente (GLT)  
 Serena Aversa  
[sereave@gmail.com](mailto:sereave@gmail.com)

2° V Presidente (GST)  
 Giacomo Martini  
[giacomo.martini.88@gmail.com](mailto:giacomo.martini.88@gmail.com)

Segretario  
 Pierangelo Casini  
[Segreteria.lcarezzochimera@gmail.com](mailto:Segreteria.lcarezzochimera@gmail.com)

Tesoriere  
 Clara Pugi  
[Tesoreria.lcarezzochimera@gmail.com](mailto:Tesoreria.lcarezzochimera@gmail.com)

Cerimoniere  
 Rita Pagni  
[Cerimoniere.lcarezzochimera@gmail.com](mailto:Cerimoniere.lcarezzochimera@gmail.com)

PastPresident (LCIF)  
 Alessandro Rossi  
[arezzosez@gmail.com](mailto:arezzosez@gmail.com)

PresCom. Soci (GMT)  
 Donatella Grifo  
[donatellagrifo@virgilio.it](mailto:donatellagrifo@virgilio.it)



Presidente  
Massimo Alfani  
[Presidente.lcarezzochimera@gmail.com](mailto:Presidente.lcarezzochimera@gmail.com)

1° V Presidente (GLT)  
Serena Aversa  
[sereave@gmail.com](mailto:sereave@gmail.com)

2° V Presidente (GST)  
Giacomo Martini  
[giacomo.martini.88@gmail.com](mailto:giacomo.martini.88@gmail.com)

Segretario  
Pierangelo Casini  
[Segreteria.lcarezzochimera@gmail.com](mailto:Segreteria.lcarezzochimera@gmail.com)

Tesoriere  
Clara Pugi  
[Tesoreria.lcarezzochimera@gmail.com](mailto:Tesoreria.lcarezzochimera@gmail.com)

Cerimoniere  
Rita Pagni  
[Cerimoniere.lcarezzochimera@gmail.com](mailto:Cerimoniere.lcarezzochimera@gmail.com)

PastPresident (LCIF)  
Alessandro Rossi  
[arezzosez@gmail.com](mailto:arezzosez@gmail.com)

PresCom. Soci (GMT)  
Donatella Grifo  
[donatellagrifo@virgilio.it](mailto:donatellagrifo@virgilio.it)



scientificamente rilevanti sono gli studi che attestano le molteplici proprietà terapeutiche e salutari degli estratti di Ginkgo biloba, tra i dieci integratori alimentari più consumati nel mondo occidentale.

Gli estratti di Ginkgo sono stati sperimentati per un grandissimo numero di patologie, anche se non per tutte esiste una documentazione scientifica sufficiente.

trattamento del declino cognitivo, della claudicatio intermittens, di alcuni disordini con origini vascolari e sindromi metaboliche, contro le infiammazioni bronchiali, contrastano gli effetti dello stress fisico e mentale. Tali estratti devono però essere usati con cautela in pazienti che assumono anticoagulanti, acido acetilsalicilico, [ticlopidina](#), diuretici tiazidici, [pentossifillina](#), trombolitici, caffeina, [ergotamina](#); con cautela assieme ad aglio o derivati dal salice per aumento dei rischi di gastrolesività. Tra sue attività:

- antiaggregante piastrinico naturale. attivo anche.
- antiossidante che va ad eliminare i radicali liberi.
- migliorerebbe i sintomi della schizofrenia e diminuirebbe gli effetti collaterali extrapiramidali nei pazienti resistenti al trattamento col solo farmaco, contrasterebbe la discinesia tardiva
- migliorerebbe i sintomi della sindrome premestruale e contrasterebbe gli effetti collaterali sessuali degli antidepressivi SSRI.
- migliorerebbe infine i parametri delle sindromi metaboliche e potrebbe perciò rappresentare una terapia di supporto per tali patologie. Ad esempio si è dimostrato in grado di migliorare il profilo lipidico, ridurre la formazione di placche arterosclerotiche, di creatinina urinaria e proteina C-reattiva, nonché contrastare in modelli animali l'insulino resistenza.
- In cosmetica viene utilizzato, applicato a livello topico, per ripristinare il giusto equilibrio lipidico nelle pelli secche e screpolate.

### In letteratura

Il poeta J. W. von [Goethe](#) (1749-1832), in uno dei suoi viaggi, rimase così affascinato da un esemplare di *Ginkgo biloba* da dedicargli una poesia:

*«La foglia di quest'albero, dall'oriente affidato al mio giardino, segreto senso fa assaporare così come al sapiente piace fare.*

*È una sola cosa viva, che in se stessa si è divisa? O son due, che scelto hanno, si conoscan come una?  
In risposta a tal domanda, trovai forse il giusto senso. Non avverti nei miei canti ch'io son uno e doppio insieme?»*

Nell'antichità il Ginkgo venne considerato nel primo importante erbario cinese una sostanza benefica per il cuore e i polmoni; utilizzato per curare l'asma, i geloni; i monaci buddisti lo piantavano accanto al tè, gli antichi cinesi e giapponesi consumavano i semi tostati come rimedio digestivo; i guaritori indiani ayurvedici lo associavano alla longevità usandolo come ingrediente del "soma", l'elisir di lunga vita.

Sei esemplari di Ginkgo, ancora esistenti, sono sopravvissuti alle radiazioni prodotte dalla bomba atomica caduta sulla città di Hiroshima. I sei alberi sono ancora in vita e si trovano, contraddistinti da una targa, nel giardino [Shukkei-en](#), nel sito dove si trovava la scuola elementare Senda e nei pressi dei templi Hosen-ji, Myōjō-in, Jōsei-ji e Anraku-ji.

L'albero è stato introdotto in [Europa](#) nel [1730](#).

*Roberto Cecchi*