GIRASOLE (Heliantus annuus L.)

Il suo nome è dovuto alla particolare capacità delle sue infiorescenze di seguire il corso del sole durante il giorno (eliotropismo); deriva dal greco *Helios* sole e *anthos* fiore

Il girasole appartiene alla famiglia delle Asteraceae. E’ originario dell’ovest degli Stati Uniti dove costituiva un'importante fonte di nutrimento per le popolazioni locali. È stato introdotto nel nostro continente a partire dagli inizi del 1500 con scopi ornamentali ed officinali. A partire dal 1700 viene coltivato per la produzione di olio, di semi e di fiori recisi. Negli ultimi anni viene utilizzato anche per la produzione di biocarburanti.

Il girasole è una pianta che si adatta bene a diversi climi e terreni e non ha particolari esigenze nutritive. Necessita di una buona piovosità primaverile, di una forte luminosità e di un periodo di secco alla fine del ciclo. Leirrigazioni devono essere regolari ma non eccessive, perché il girasole non ama ricevere troppa acqua e teme i ristagni. Il terreno deve dunque avere tempo di asciugare tra un’irrigazione e quella successiva.

Il fusto del girasole è eretto, vigoroso, cilindrico, internamente pieno di midollo, la sua altezza varia dai 60 ai 220 cm e il suo diametro dai 2 ai 5 cm.  
Le foglie sono alterne, grandi, trinervate, con margine dentato e pubescenti su entrambi i lati. La forma varia a seconda della posizione, il numero varia da dodici a quaranta e il colore va da un verde scuro ad un verde tenue.  
L’infiorescenza (calatide) ha forma discoidale dal diametro dai 10 ai 40 cm. formata dai fiori del raggio, ligulati, di colore giallo e disposti radialmente in 1-2 file e dai fiori tubolosi disposti in archi spiraliformi che si irradiano dal centro del disco, di colore bruno-rossiccio. Il [frutto](https://www.biopills.net/classificazione-dei-frutti/) del girasole è un achenio ed ha una forma romboidale allungata. È formato da un guscio esterno, che racchiude il seme vero e proprio, ricco di grassi e proteine di riserva. L’apparato radicale consiste in un fittone centrale (che può superare i 2 m di profondità) dal quale si dipartono numerose ramificazioni.

**Proprietà**

Utilizzato unicamente in passato come pianta ornamentale, il girasole oggi ha ampie applicazioni: i suoi semi commestibili possono essere usati come snack o possono essere sfruttati per ricavare un olio utile in cosmetica, gastronomia e nella produzione di biodiesel e di idrogeno da biomassa vegetale Se tostati i semi possono fungere da mangime per uccelli, roditori e altri capi di bestiame. Il lattice ricavato dal fusto può inoltre essere utilizzato nella produzione di gomma ipoallergenica.

**Curiosità**

Associati nel linguaggio dei fiori alla gioia e alla spensieratezza, i girasoli furono oggetto di dodici opere del pittore olandese Vincent Van Gogh. Realizzata nel biennio 1888-1889, la serie dei girasoli mostra esemplari di *Helianthus annuus* in varie fasi del ciclo vitale, dal bocciolo all’appassimento.