

**Zeitschrift:** Treterre : semestrale di Terre di Pedemonte e Centovalli  
**Herausgeber:** Associazione Amici delle Tre Terre  
**Band:** - (2006)  
**Heft:** 46

**Rubrik:** I ness dialett

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Vita d'un tempo nelle Tre Terre

Proseguiamo con la medicina popolare dei nostri avi riportando i detti e modi di dire nonché alcuni rimedi e ricette mediche in uso un tempo nelle nostre terre. Nei casi di malattia in cui i rimedi erano comprovati pressoché tutti li adottavano, per il resto ognuno si arrabbiava secondo le proprie conoscenze e credenze a dipendenza del tipo di malattia. Singolare la cura attuata da una donna di Cavigliano per curare la malinconia dovuta alla lunga assenza del marito emigrante in California. Nell'aprile del 1875 scriveva fra l'altro al marito: \* "... potete immaginarvi in che salute io mi posso trovare passa giorni e notte sono sempre in un pianto dirotto non ce più nessuni che mi possa consolare crede-

vo di avere un marito che in certe circostanze mi volesse venire a consolarmi, ma anche in questo sento che dite che non importa di venire a Casa che cosa dovete venire a fare, queste parole sono state una spina al Cuore che mi ferì in mezzo al mio di spiacere."

Nel 1885 il suocero scrive al proprio figlio informandolo delle conseguenze della "malattia" di sua moglie: "La vostra moglie sono 11 Mesi passati che si trova amalata e mangia altro che roba scelta carne di manzo per fare il brodo è avevo lanno scorso un fusto di vino d'asti vino vecchio fine che lavevo imbutigliato per me Bottiglie 175 così la beuto tutta lei oltre altre 75 bottiglie che imbutiglia del nostro ora la quasi finito et io mi tocha lavo-

rare e mangiare roba ordinaria per bere sono 2 bicchieri desinare e 2 a cena come loro che un giorno si uno no sono incomodato e soffro di indigestione. Basta ho lavorato tanto nella mia gioventura per salvare per la mia vecchiaia e la vostra moglie non vole polenta ne aqua da bere ne pane nero vole tutta roba fine ma faro il testamento riconoscerò quelli che mi asisteranno fino alla morte ho fatto fare la lapide per la povera vostra madre diro a chi mi asisterà che mi faciano a la mia non ho più nessuno".

\* da L'emigrazione ticinese in California Vol. II\*\* di Giorgio Cheda

Andrea Keller

## Detti e modi di dire

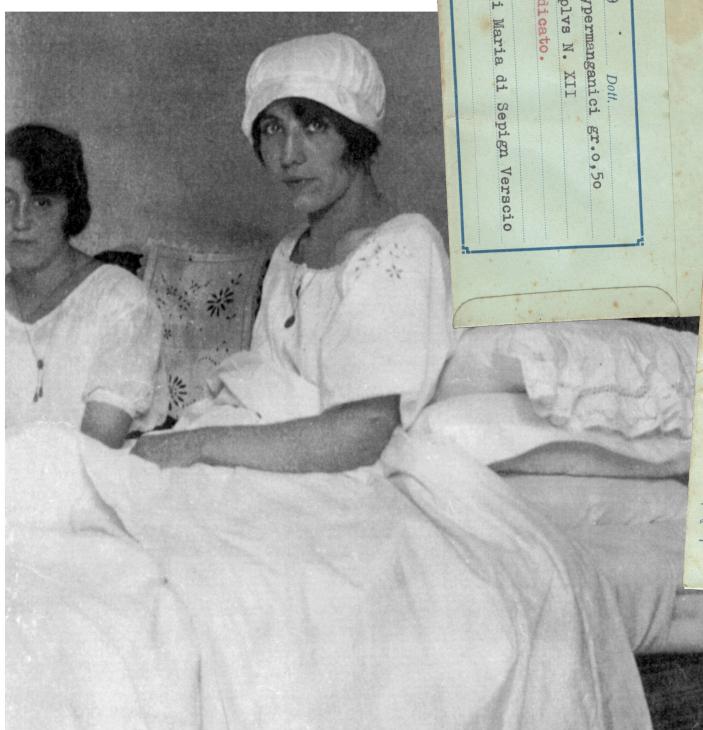
### Febbre

- Ciappa una madrasciada. Avere nausea.
- Dulò di vèduu. Dolore delle vedove, che dura poco.
- Puciaa il pagn in al vign u fa bón sangu. *Intingere il pane nel vino fa buon sangue.*
- Brantign du mulèta. Secchiello dell'arrotino; naso gocciolante a causa del freddo
- Traa sú i bisèch. Vomitare.
- Il tocaguidizzi. Nome comune per definire il medico.
- Zè culòo dal diessilla. Sei pallido, hai il colore del dies irae, sequenza liturgica recitata o cantata durante la messa dei defunti.
- Curass con la natura, l'è una cura lunga ma sicura. *Curarsi in modo naturale richiede tempo ma dà risultati certi.*
- La carèta ca ciula la s rómp mai. *La carretta che cigola non si rompe mai; chi lamenta sempre un qualche malanno in realtà campa a lungo.*
- Se ti véi bóna salut, mangia da tutt. Se vuoi essere sano devi variare i pasti.
- Zè un bólz. Sei un catarroso.

- Se ti véi sta san e cuntint sta luntán dai tè parint. Se vuoi stare bene stai alla larga dai tuoi parenti.
- L'è simpro méi sudaa che mia tremaa. È sempre meglio sudare che non tremare; sudare fa bene.
- Maa da pèll maa da budéll. Se la pelle non è bella significa che si ha problemi agli intestini.
- Vign, tabacch e Vénér, i tira l'óm in céner. *Vino, tabacco e Venere riducono l'uomo in cenere; lo uccidono.*
- L'appetit l'è la salsa pissèi bóna ca ga sía. *L'appetito è il miglior condimento; significa che si sta bene.*
- L'aria da fissura la ména alla sepoltura. *I colpi d'aria producono la polmonite e conducono alla morte.*

- La camamèla la mantégn la fémna bél. *La camomilla mantiene bella la donna.*
- La legria tutt i mèe la i pòrta vía. *L'allegria cura tutti i mali.*
- Co l'aqua e i èrb di prad u sa cura tutt i malad. *Con l'acqua e le erbe medicinali si cura qualsiasi malattia.*
- L'erba ruga tutt i mèe la i mètt in fuga. *L'erba ruta cura tutti i mali.*
- La malva tutt i mèe la i calma. *La malva lenisce ogni male.*
- L'erba piantana tutt i mèe la i sana. *La piantaggine cura tutti i mali.*
- I patatt gratádi i fa guarii i brusad. *Le patate grattugiate curano le bruciature.*
- Coi impacch d'asèd u sa guariss la bòta. *Con gli impacchi d'aceto si curano le contusioni.*

- Chii ca gh'a il gòss, i gh'a quaicòss. *Chi ha il gozzo patisce qualche malattia.*
- Gamba in lécc, brasc al còll. *Gamba a letto, braccio al collo*
- Quand il malòo u starnuda, mandal vía da l'uspedaa. *Se il malato starnuta mandalo via dall'ospedale; è guarito.*
- Fascign smértign. *Faccigno pallido.*



- Dagh il sangu. *Donargli il sangue.*
- Il bón vign u fa bón sangu. *Il vino buono fa buon sangue.*
- Ma s'a gelò il sangu in i vén. *Mi si è gelato il sangue nelle vene; ho preso un grande spavento.*
- Ma végna giú il bréd dal nas. *Mi sanguina il naso.*
- Zè piégn da biésc (o bognó). *Sei pieno di pustole.*
- Zè rossá come una pómá, bélá da fóra e marscia da int. *Sei rossa come una mela, bella di fuori e marcia all'interno; di persona in apparenza sana ma in realtà malata.*
- Féura da cavall. *Febbre da cavallo.*
- Infésc da stómi. *Disturbo di stomaco.*
- I bognó e i pecád i végna simpro a cò. *Le pustole e i peccati vengono sempre a galla.*
- Crepa da salut. *Scoppiare di salute.*
- Ti gh'è i écc bodérch. *Hai le occhiaia (o sei strabico)*
- L'è dré a tiraia i aghitt. *Sta morendo.*
- L'è dré a tiraia i calzéi. *Sta morendo.*
- Al dotór e al confessór ti dévi nascóndigh naótt. *Al dottore e al confessore non devi celare nulla.*
- Il prèvad u víu sula carn mérta, e il dotór su chèla viva. *Il prete vive dei morti (viene beneficiato dai lasciti), il dottore dei vivi.*
- I erór dai dotór i è soteradi senza rumór. *Gli errori dei dottori vengono sottaciuti.*
- Il grapígn ala matina l'è una sana medisina. *Il grappino la mattina è una sana medicina.*
- Il vign u mazza i vérman. *Il vino uccide i vermi.*
- Il vign u fa maa, u l'is anchia il dotór, però u l'beu anchia lui. *Il vino fa male, lo dice anche il dottore, però lo beve anche lui.*
- Béu e mangia a Natál u fa vegnii il maa da pancia, a San Silvèstro a finiss l'ann e va via tutti i malann. *Bere e mangiare a Natale indisponne, a San Silvestro finisce l'anno e scompaiono tutti i malanni.*

- Lavadisc. *Screpolature ai piedi.*
- Brut maa. *Epilessia.*
- Dérbad. *Erpete.*
- Feurós. *Febbricitante.*
- Nespolign. *Occhio pollico, callo che si forma tra le dita dei piedi.*
- Pizzuriò (o variulád). *Butterato dal vaiolo.*
- Piéna da prudór. *Piena di prurito.*
- Zè un rantegh. *Sei un raffreddato catarroso.*
- Vérman salutari. *Tenia, verme solitario.*
- Purgaa. *Purgare*
- Fass la búa. *Farsi male, propriamente detto nel*

**Allontanate la tosse**

Un mezzo per restar forti e in buona salute durante la cattiva stagione è quello di mantenere la forza di resistenza dell'organismo contro i malanni. L'Emulsione Scott è di grande soccorso tanto per i giovani che per gli adulti, poiché nutre e fortifica tutto il corpo. È uno dei migliori fortificanti contro il raffreddore, la tosse o le malattie invernali. Ma badate bene che sia la vera

**Emulsione SCOTT**  
ricca di vitamine, che mantengono la salute e favoriscono la crescita.



**Un medico può sbagliare due anche ma 12.000 no**

sono più di 12.000 medici che - dopo averla adottata in famiglia - prescrivono la pastina Gaby per lo svezzamento e l'alimentazione dell'infanzia. E' dovere per le mamme seguire questo consiglio: è un piacere per i bambini mangiare la Gaby - pastina di tapioca e lattosio cereali vitaminalizzati - sostanziosa e leggera, gustosa e salutare. La pastina Gaby è l'alimento dei bambini - la minestrina dei grandi.

**GABY SAPPAC**  
TROPICALANDIA GABY

*avvertenza fatti di ben coprirsi con pelli e di una calda, imbottita di taurà ottima guarigione.*

*Per fortificare quattro e rassotare i denti vacillanti*

*Quando alle persone che non hanno oltrepassato i cinquant'anni anno di età, e le edii gengive sono atte a sentire l'effetto degli astringenti e che avevano i denti vacillanti potranno rassodarli, usando la seguente ricetta:*

*Prendere ogni mattina appena levati un cucchiaino di occasione di China e sciacquarsi bene la bocca, facendo scorrere bene sopra tutta la superficie delle gengive il liquido, lasciando sputandolo fuori, fatta quest'operazione, pulirsi la bocca con acqua pura. Con replicate volte si otterrà felice risultato.*

- caso dei bambini, oppure nel caso di un adulto come derisione
- Puss. *Materia purulenta.*
- Scalmann. *Vampate.*
- Raúsc. *Morbillo.*
- Itigh o tisigh. *Tubercoloso.*
- Fumint. *Fomenti.*
- Rèsc (o butassu). *Vomito.*
- Fruss (o schizzón). *Dissenteria.*
- Orzée. *Orzaiolo.*
- Erpes. *Erpete.*
- Durón. *Callo.*
- Scògia. *Vescica.*
- Car dotór ta riverissi, quand a t'vèdi ma stremissi, e s'a t'vèdi l'indomagn, ma stremissi come un chiègn. *Caro dottore ti rivedrò, quando ti vedo mi spavento, e se ti vedo l'indomani, mi spavento come un cane.*
- Dotór dala medisina. *Il dotór da la medisina quand u parla u faa dottrina quand u pissa u cunta i ór viva viva il scior dotór. Era una filastrocca. Il dottore della medicina quando parla fa dottrina quando orina conta le ore viva viva il signor dottore.*
- Rimédi di néss vécc. *Rimédi dei nostri avi.*

- Fégh da Sant Antòni o Sacra curèsgia. *Herpes Zoster, è causato da un virus, si manifesta con lesioni vesicolari lungo una striscia del torace e lungo il decorso del trigemino.*

## Rimedi

Per curare la pressione alta:

1. ricèta: 1 dl da vign bianchi, 40 g da fèi e ramitt néu da vischio, mètai a masaraa par 10 dí. 1 dl di vino bianco seccò con 40 g di foglie e giovani rametti di vischio da mettere a macero per 10 giorni.
2. ricèta: mett ai séch pestò in 1 dl da alcol a 95°, filtraa dopo 10 dí ogni matign a digiún béu 25 gócc in dui did d'aqua; la cura la dura dui mis. *Mettere a macero aglio pesto secco in 100 cl di alcool a 95°, filtrare dopo 10 giorni ogni mattina, a digiuno 25 gocce in due dita d'acqua, la cura dura 2 mesi.*

**Ricostituente: una russumada**, 1 éu sbatù con aggiunta da marsala e vign. 1 uovo sbattuto con aggiunta di marsala o vino.

## Ricette mediche, vecchie usanze, rimedi di néss vecc

Decòtt da malva, catada il dí da San Giuann (24 giugno): il mal va. *Decotto di malva, raccolta il giorno di San Giovanni (24 giugno): il male va.*

Par giustaa i óss rótt: sa scal-

da la résina, la s mett su una pèzza e pée di retamint sula rotura. In séguit la sa induriss come un gèss e dopo 40 dí la sa distáca da par l'éi e l'óss l'è guarid. *Per riparare le ossa rotte: si scalda la resina, la si mette su un panno che viene steso direttamente sulla rotura. In seguito la resina si indurisce come un gesso e dopo 40 giorni si stacca da sé e l'osso è guarito.*

Par la polmonitt: u sa fa i cataplasmi con polentina da linosa còta in aqua, mitúda su una pèzza con éli da ricin, la sa mett sul stómi e sula schéna dal malòo, se dòpo 10 dí a succedéva naótt, purtrépp i moriva. *Per curare la polmonite: si fanno i cataplasmi con un impasto di semi di lino cotti in acqua, lo si spalma assieme a olio di ricino su un panno, si mette sul torace e sulla schiena del malato; se dopo 10 giorni non succedeva nulla, purtroppo morivano (non esistevano ancora gli antibiotici).*

I cupètt. *Le coppette per salassi o altri rimedi terapeutici.*

Pal sangiòtt - biségnna lechiaia il saa. *Per il singhiozzo - si deve leccare il sale.*

La pression alta la s curava cui sanguètt e i salassi. *Si curava l'alta pressione con le sanguisughe e i salassi.*

Puntur di avicc i sa cura con la pissà di gugnitt o con l'èrba cuca. *Le punture di api venivano curate con l'urina dei bambini o con l'acetosella.*