



Un progetto presentato al congresso Sifit di Tivoli per divulgare i principi della fitoterapia. Da disciplina empirica a medicina moderna basata sulle evidenze scientifiche

L'esigenza di un progetto di informazione al consumatore sull'uso corretto delle piante medicinali era stata più volte oggetto di analisi da parte del direttivo della Società italiana di fitoterapia, convinto della necessità di portare all'esterno le problematiche relative alla filiera della qualità, inserite in un contesto di educazione sanitaria. In occasione della XV edizione del Congresso nazionale di fitoterapia organizzato dalla Sifit a Tivoli nel maggio scorso, Sergio Ricciuti,

vice presidente della Società e responsabile dell'area farmacisti, ha presentato il progetto "Dalla pianta il farmaco" destinato a essere il primo di una serie di *educational* diretti a diverse categorie di utenti della fitoterapia. In particolare questa iniziativa coniuga il ruolo istituzionale della Società italiana di fitoterapia, da sempre impegnata nel favorire il passaggio dalla fitoterapia empirica del passato alla moderna fitoterapia basata sull'evidenza scientifica, e l'esperienza di Ricciuti, che ha parteci-



Dalla pianta il farmaco



pato a numerosi incontri pubblici sui molteplici aspetti della disciplina. Lo sviluppo commerciale del settore e l'utilizzo delle piante medicinali nell'automedicazione sta determinando, soprattutto nelle scuole, un sempre maggiore interesse sul rapporto tra piante medicinali e tradizione. A partire dal riconoscimento delle piante sul territorio, nel loro habitat naturale, e il loro utilizzo in terapia rinnovando tradizioni locali, interessanti dal punto di vista antropologico e anche scientifico ma assolutamente irrazionali dal punto di vista terapeutico.

I CARDINI DEL PROGETTO

Il progetto interviene su tre aspetti fondamentali:

- ◆ approccio razionale con riduzione del rischio di interazioni ed effetti indesiderati;
- ◆ errata percezione della fitoterapia, generata dalla convinzione che naturale sia sinonimo di innocuo, dalla legge sulle medicine non convenzionali (che comprendono impropriamente anche la fitoterapia), dalla pubblicità e dalla difficoltà oggettiva di distinguere farmaco, integratore e alimento;
- ◆ nuovo ruolo della fitoterapia determinato dall'avvento del farmaco di sintesi. La struttura del progetto è modulare e consente di adattare e personalizzare,

con facilità, i contenuti ai destinatari del messaggio. Ci sono nozioni essenziali destinate ai più piccoli e nozioni sempre più complesse proprie di un pubblico adulto e tecnicamente preparato. C'è poi una sezione di laboratorio nella quale vengono affrontate le problematiche insite nella progettazione e realizzazione di una preparazione farmaceutica. Destinatari dell'iniziativa sono i bambini, nei quali prevale la voglia di conoscere, i ragazzi (voglia di sapere), gli universitari (voglia di capire) e gli adulti (associazioni di consumatori e culturali) nei quali l'approccio è più critico e maturo.

Passiamo a una breve descrizione dei contenuti. La natura ha sempre rappresentato la più importante risorsa a disposizione dell'uomo, che vi ha fatto costantemente ricorso utilizzando parti di piante, prima in modo empirico e, successivamente, con una sempre maggiore cognizione di causa.

Il primo utilizzo delle piante medicinali, o ritenute tali, è stato nelle emergenze: morsi di serpenti, punture di insetti velenosi, ferite, avvelenamenti. Ben pochi ne conoscevano le proprietà e costoro godevano di un indiscusso potere e prestigio; ricordiamo, per esempio, i maghi e le streghe, gli sciamani e taluni sacerdoti. La maggiore conoscenza ha consentito di allargare il campo applicativo, le piante medicinali hanno così permesso di curare anche malattie fisiche e mentali. Oggi l'avvento del farmaco di sintesi, problemi di *copyright* che limitano gli investimenti nel campo del naturale e quelli normativi che fan-

no preferire il settore degli integratori a quello del farmaco, hanno collocato prevalentemente le piante medicinali nell'area benessere e prevenzione a supporto delle terapie mediche. Il futuro ci riserva grandi sorprese e le piante, grazie alle biotecnologie, saranno protagoniste nel nostro benessere.

ALCUNE PRECISAZIONI

Le piante rappresentano, quindi, il primo esempio di farmacoterapia. Erano presenti nei veleni, negli antidoti e nelle pozioni magiche. I primi grandi farmaci erano antidoti (Mitridato, Teriaca) composti da decine di piante, le migliori per qualità e potenza. La loro preparazione era estremamente complessa e per questo divenne importante poter fissare sulla carta, o anche nei versi di una poesia, formule, riflessioni e prescrizioni. Fondamentale fu l'opera degli amanuensi, che consentirono di tramandare il sapere medico. Ma la medicina monastica ebbe anche tanti altri meriti legati alle scuole e alla funzione sociale svolta.

La crescente complessità delle preparazioni richiese una competenza sempre più specifica e fu necessario operare una distinzione tra la figura del prescrittore e del realizzatore. L'“Ordinanza medicinale” di Federico II (1233) stabilì la nascita di una nuova figura professionale: lo “spetiale” o “aromatario”. La formazione di quest'ultimo avveniva presso le corporazioni (che erano al tempo stesso università, enti di vigilanza sulla professione, ordini professionali) o presso le università con rego-



le diverse da Stato a Stato e che divennero uguali solo con l'unità d'Italia. La fitoterapia è una tecnica terapeutica di tipo allopatico, che utilizza le piante medicinali e le loro preparazioni. Non va confusa con l'omeopatia, la gemmoterapia e la floriterapia di Bach, rispetto alle quali ha caratteristiche assolutamente diverse. La farmacognosia studia il farmaco attraverso la droga (animale, vegetale o minerale). Le piante classificate come piante medicinali possono essere utilizzate solo in determinati periodi (tempo balsamico), durante i quali sono presenti nel loro fitocomplesso i principi attivi responsabili dell'attività medicamentosa.

Non è semplice preparare una medicina ed è ancora più complesso prepararla partendo da "miscele di principi attivi vivi e mutevoli". La parte della pianta che viene utilizzata, perché è ricca di principi attivi contenuti nel fitocomplesso, è nota come "droga" e va raccolta secondo regole ben precise. La pianta è un vero e proprio laboratorio e la sua produzione cambia a seconda delle stagioni, a seconda che la pianta debba difendersi dalle muffe o attrarre gli insetti.

Compongono il fitocomplesso sostanze caratterizzate da una potente azione (alcaloidi e oli essenziali), colorate (flavonoidi, antociani), vitamine, sali minerali eccetera. Per estrarre dalla

droga il fitocomplesso senza perdere importanti principi attivi o farli deteriorare, bisogna studiarne la composizione e scegliere la tecnica più adatta. Da questo estratto verranno poi preparati sciroppi, compresse, gocce, tisane, supposte, pomate eccetera.

Il principio attivo più importante viene preso come riferimento, come *marker*, e la quantità contenuta in un campione rappresenta il suo titolo. In commercio esistono piante titolate e piante non titolate, è evidente che il titolo rappresenta un elemento di chiarezza e di qualità perché il produttore si impegna a fornire un prodotto con ben determinate caratteristiche. Per preparare un farmaco servono poi sostanze che hanno una funzione meccanica (per consentire la lavorazione o per raggiungere un certo volume) e tecnica (stabilità).

Per assicurare una qualità costante sono state definite le norme di buona fabbricazione che sono, in sostanza, le regole necessarie per assicurare la qualità delle preparazioni, la loro efficacia e la riproducibilità degli effetti. Le norme di buona preparazione rappresentano inoltre un importante strumento di garanzia perché consentono anche, in qualsiasi momento, di risalire, tramite il foglio di lavorazione, a ogni singolo componente e a ogni lotto prodotto.

VARI TIPI DI PRODOTTI

Le piante medicinali sono in commercio come farmaci, preparazioni galeniche e magistrali, integratori alimentari, preparati erboristici e alimenti. La qualità del farmaco è naturalmente diversa e superiore rispetto a quella di un alimento. Negli ultimi anni è aumentato in modo impressionante il numero degli integratori alimentari, che oggi sono circa centomila. Questo boom è legato alla sempre maggiore difficoltà e al sempre maggiore costo per registrare farmaci naturali. Quindi molte aziende preferiscono registrare un nuovo prodotto come integratore alimentare restando così libere di modificare la composizione, il prezzo, le confezioni eccetera. Tutte cose che, nel caso dei farmaci sarebbero estremamente complesse e costose. Un altro problema degli integratori è legato alla qualità reale e alla qualità percepita; ci sono prodotti di elevatissima qualità che non sono facilmente distinguibili dagli altri. Anche per i professionisti del settore non è facile distreggiarsi tra tanti prodotti molto simili e molto diversi tra di loro. Le piante medicinali sono un patrimonio dell'umanità e questa peculiarità le rende disponibili a tutti ma, al tempo stesso, limita la propensione delle aziende a investire in ricerca.

Naturale è sinonimo di innocuo?

Sicuramente no. Ci sono infatti tante piante che sono veramente pericolose e altre che possono interferire (per esempio il pompelmo o l'iperico) con importanti medicine di uso comune. Di ciò bisogna tener conto nell'automedicazione.

Ma allora quando usare le piante medicinali e quali scegliere?

Le piante medicinali in commercio, sono generalmente ben tollerate e adatte a essere utilizzate nelle piccole patologie, all'esordio. È poi assolutamente importante utilizzare prodotti di buona qualità e standardizzati.

Naturalmente è il caso di chiedere consiglio al medico o al farmacista senza cedere troppo alle lusinghe di certa stampa che vuol far apparire tutto buono e innocuo.

