

## **Conoscere per curarsi al meglio: non trascuriamo i rischi dei prodotti della “medicina naturale”**

A cura di Francesca Menniti Ippolito

Le medicine non convenzionali, conosciute anche come “alternative” o “naturali”, fanno ricorso spesso a prodotti a base di piante officinali. Il motivo principale che spinge a scegliere di curarsi con prodotti e pratiche della medicina naturale è il timore di effetti collaterali legati all’assunzione di farmaci convenzionali (Eur J Clin Pharm, 2002). Nell’opinione pubblica – e, talvolta, anche tra gli operatori del settore – è infatti diffusa la convinzione che le erbe medicinali siano sostanzialmente sicure in quanto naturali. Di qui la tendenza a utilizzarle come forma di automedicazione, spesso senza chiedere consiglio al medico curante o al farmacista. Bisogna ricordare che l’uso di sostanze vegetali per scopi terapeutici risale a un’epoca pre-scientifica della medicina, tuttavia la moderna industria farmaceutica utilizza numerose molecole di origine vegetale per la sintesi di farmaci. Il farmaco più conosciuto, l’acido acetilsalicilico, viene ottenuto per acetilazione dell’acido salicilico, che in natura è presente nella corteccia di varie specie di Salice così come nella *Spiraea ulmaria* (da cui tra l’altro deriva il nome di *a-spirina*).

I prodotti a base di piante medicinali sono pubblicizzati come più sicuri perché “naturali” e consigliati soprattutto in quelle situazioni nelle quali maggiormente dovrebbero essere usati con cautela, come la gravidanza, l’età pediatrica e l’allattamento. Tale assunto è totalmente errato, poiché per la maggior parte di tali prodotti non è disponibile una valida documentazione scientifica che ne attesti l’efficacia e, soprattutto, la sicurezza d’uso, nonostante i principi attivi contenuti posseggano una attività farmacologica che, nel caso di sostanze vegetali, è estremamente variabile in relazione alla specie utilizzata, al tipo di estratto e di formulazione e preparazione del prodotto finale. Inoltre, l’uso concomitante con altri farmaci può causare delle interazioni, con alterazioni dei livelli terapeutici e possibili gravi effetti clinici.

Utilizzare le erbe medicinali senza informare il medico curante o il farmacista può comportare dei problemi. Ad esempio, la presenza di malattie organiche, pregresse o in atto (quali l’ulcera peptica, l’ipertensione, l’insufficienza renale o epatica) o interventi chirurgici (gastroresezione, ecc.) possono, modificando la farmacocinetica dei componenti delle erbe medicinali, aumentare i rischi di effetti collaterali.

I soggetti che utilizzano questi prodotti spesso li acquistano e li utilizzano all’insaputa del medico: si tratta quindi di coinvolgere ed educare il personale sanitario e, in particolare, i medici e i farmacisti, affinché davanti a sintomi improvvisi o difficilmente classificabili o a classiche reazioni

di intolleranza analizzino l'impiego da parte dei pazienti anche di sostanze a base di piante medicinali, fattore troppo spesso trascurato nelle normali anamnesi mediche.

L'automedicazione con prodotti di "derivazione naturale" avviene generalmente per risolvere quei problemi che il singolo individuo reputa "non gravi". Purtroppo, oltre al fatto che ritardare un idoneo intervento terapeutico può far peggiorare la patologia, molte volte c'è il rischio anche di incorrere in altri problemi, ad esempio la scelta del prodotto a base di piante fondata solo sul "sentito dire" (e non sul perché se ne conosca una reale efficacia); l'acquisto di prodotti che contengono numerose piante e/o altri molteplici ingredienti (con il rischio di aumentare la possibilità di interazioni); l'acquisto dei prodotti tramite internet. Per i prodotti a base di piante acquistati via internet si aggiunge, alla oggettiva variabilità intrinseca a questi prodotti, già menzionata, la concreta difficoltà di verificare, da parte del consumatore, l'effettiva esistenza e la concentrazione degli ingredienti dichiarati in etichetta e la presenza di eventuali contaminanti (metalli pesanti, aflatossine, residui di pesticidi).

Da marzo 2002 è attiva una sorveglianza delle reazioni avverse da prodotti di origine naturali.

Chiunque osservi un evento avverso da tali prodotti potrà segnalarla tramite una scheda (scaricabile dal sito [www.epicentro.iss.it](http://www.epicentro.iss.it)) da inviare via fax al Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute dell'Istituto Superiore di Sanità. Le oltre 400 le segnalazioni pervenute hanno riguardato molto spesso eventi gravi: nel 36% dei report è stata indicata una ospedalizzazione, nel 5% l'evento aveva messo in pericolo la vita del paziente e sono stati riportati 3 decessi.

È bene chiarire che le considerazioni fin qui svolte sono ben lungi dal voler creare allarmismo o demonizzare i prodotti della medicina naturale, potenzialmente utili, se sottoposti agli opportuni controlli di qualità e usati in modo corretto. L'intento che piuttosto ci proponiamo, attraverso la campagna Per la Sicurezza delle Medicine Complementari e Non Convenzionali, è di accrescere la consapevolezza degli operatori sanitari e dei cittadini sui possibili effetti indesiderati associati al loro utilizzo e su un uso informato di sostanze che sono comunque biologicamente attive. L'automedicazione con prodotti a base di piante va condotta in modo responsabile e possibilmente non spontaneo, coinvolgendo sempre il medico o il farmacista.