

Cautela nell'uso di prodotti “dimagranti”...anche se “naturali” (Dr.ssa Annabella Vitalone)

Negli ultimi anni sono pervenute al Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute, dell'Istituto Superiore di sanità quarantasei segnalazioni di sospette reazioni avverse (ARs), verificatesi in seguito all'uso di integratori alimentari su base vegetale, utilizzati a scopo dimagrante. Tali ARs hanno riguardato diversi apparati quali: sistema nervoso (vertigini), cardiovascolare (ipertensione, tachicardia, alterazioni nella coagulazione), cute (orticaria, prurito), fegato (epatopatie), tiroide (ipertiroidismo) e sistema gastrointestinale (nausea, vomito). In realtà, molte di queste reazioni (alcune delle quali anche gravi) potevano essere prevedibili e/o evitabili sulla base di conoscenze farmacologiche, relative alle piante medicinali “imputate”. Di seguito qualche esempio:

- *Citrus aurantium*, che contiene sinefrina (amina simpatico-mimetica), dovrebbe essere controindicato in individui ipertesi;
- piante medicinali che possono agire in modo diverso sugli enzimi microsomiali epatici (iperico, tarassaco, ortica, pompelmo, ecc.) dovrebbero essere evitate in pazienti che stanno assumendo farmaci;
- *Garcinia cambogia* non dovrebbe essere utilizzata in associazione ad altre piante medicinali (imprevedibilità dell'effetto) e soprattutto da pazienti con precedenti epatopatie;
- *Fucus* spp. non dovrebbe essere utilizzato da pazienti con patologie a carico della tiroide
- le fibre solubili devono essere assunte sempre con abbondanti quantità di liquidi.

Dai dati raccolti, emerge l'importanza di una corretta comunicazione ed informazione sui prodotti a base di piante medicinali utilizzati nel controllo del peso corporeo, al fine di consentire agli utilizzatori di condurre scelte basate su evidenze di sicurezza ed efficacia, tenendo anche conto del consiglio di personale sanitario esperto.

Fonte: Vitalone et al., Suspected adverse reactions associated with herbal products used for weight loss: a case series reported to the Italian National Institute of Health. Eur J Clin Pharmacol, 2011