

a cura del dottor **Renato Raimo**
farmacista titolare a Pisa, specializzato in fitoterapia,
fitoterapeuta e fitopreparatore



AUTOMEDICAZIONE CON LE ERBE: IL RUOLO DEL FARMACISTA

“L’Altissimo ha tratto dalla terra i medicamenti, e l’uomo saggio non li disprezza...l’Altissimo ha donato la Scienza”- (Ecclesiaste).

In questa frase, un orientamento ben chiaro per tutti i responsabili della salute e del benessere, per quanti si avvicinano a figure di riferimento come il medico e il farmacista, per chi si aspetta da loro una guida sicura nell’automedicazione.

Automedicazione vuol dire utilizzare su di sé medicinali scelti senza l’intervento di professionisti, per risolvere sintomi riconoscibili, imputabili ai piccoli disturbi che si possono presentare nella vita di tutti i giorni. E su questo tema è opportuno essere molto chiari.

Chi entra in farmacia per un consiglio, si aspetta dal farmacista disponibilità all’ascolto e una risposta al proprio bisogno, che non è soltanto la consegna di un prodotto, ma è l’intervento professionale di chi capisce la reale necessità e indica il rimedio più idoneo. Anche se è già chiara l’idea sul prodotto desiderato, si desidera che il farmacista, agendo in coscienza e conoscenza, confermi che la scelta rientra nei criteri di sicurezza ed efficacia terapeutica. Tutto ciò è ancora più importante se l’automedicazione riguarda il ricorso a **prodotti naturali**. Sta al farmacista selezionare prodotti non

tossici e quindi **sicuri**, nella **forma farmaceutica** più idonea, con una precisa **titolazione** e **standardizzati** (con azione salutistica riproducibile e costante), dunque **efficaci**. Soltanto se questi criteri sono rispettati, è possibile automedicarsi in tutta tranquillità con prodotti naturali; e il consiglio del farmacista è un valore aggiunto che nulla toglie alla libertà dell’autoscelta, ma la rende consapevole e sicura, cioè razionale e non istintiva.

Nell’ambito della fitoterapia, questa “responsabilizzazione” del farmacista è necessaria perché oggi è disponibile una miriade di

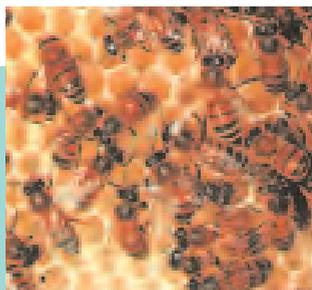
prodotti naturali, che non sempre sono rispettosi di tutti i criteri sopra esposti. Per cui il farmacista deve individuare aziende che a loro volta operino secondo scienza e coscienza, offrendo prodotti fitoterapici di qualità,

cioè di pari dignità -in termini di efficacia e sicurezza- degli altri prodotti di automedicazione di sintesi (Otc, i farmaci da banco, e Sop, quelli senza obbligo di prescrizione). Il rispetto per tutti i fitoterapici di tutti i criteri di sicurezza ed efficacia potrebbe portare a una vera e propria rivoluzione culturale; con la definitiva esclusione della fitoterapia dal circuito delle cosiddette medicine alternative. Non si può, infatti, dimenticare che fitoterapia deriva dalla parola greca “phyton” – “pianta”, per cui il significato

Propoli: la ricerca rinnova e consolida la tradizione

Considerando il frequente e ormai consolidato uso di prodotti a base di **propoli**, merita soffermarsi sul contributo che la ricerca moderna ha apportato per la conoscenza di tale antico strumento terapeutico di origine naturale. La parola propoli deriva dal greco “pro”, cioè davanti, e “polis”, città; infatti, gli antichi apicoltori avevano osservato che questo insieme di sostanze ha la funzione, per le api, di chiudere la propria “città” ad altri insetti o corpi estranei. L’esistenza della propoli negli alveari era un fatto già noto al tempo di Aristotele e il celebre naturalista Plinio ne scrisse in modo esteso nella sua Naturalis Historia. La propoli trova il suo miglior campo di applicazione nella fase acuta di disturbi legati a stati di raffreddamento, come il **mal di gola** di origine infiammatoria, batterica o virale. Le problematiche della propoli all’origine sono: una scarsa solubilità che ne riduce l’adesività sulla mucosa orale e il gusto forte. Gli studi recenti hanno portato a ottenere una propoli di nuova generazione, nella quale i principi attivi sono stati portati a uno stato chimico-fisico ottimale, tale da renderli più solubili in acqua (in particolare i flavonoidi) e quindi aumentarne l’adesività a una superficie più ampia delle mucose orali, migliorandone di conseguenza le proprietà farmacologiche. Ne è stata testata l’efficacia antibatterica, antivirale e antinfiammatoria paragonando questa innovativa propoli a un estratto secco tradizionale titolato in 18% mg/ml. I risultati: già a un basso dosaggio essa è 8 volte più potente come attività antibatterica, 5-10 volte più potente come antivirale. Anche nel confronto con alcune molecole di sintesi, è risultata molto potente come antinfiammatorio.

La scelta di un prodotto di qualità, innovativo, buono ed efficace, migliorerà le aspettative di coloro che affidandosi al consiglio di un professionista aggiornato riceveranno una risposta naturale, sicura e oggi molto più efficace.



reale di fitoterapia è : “terapia a base di sostanze estratte dalle piante”. Sostanze che -deve essere ricordato- hanno valenza chimica, farmacologica e tossicologica; concetti che vorrebbero la fitoterapia inserita a tutti gli effetti come ramo della medicina ufficiale. Essa, infatti, si basa sullo stesso principio, cioè: l'effetto è dipendente dalla dose. Con questa consapevolezza sarebbe auspicabile aspettarsi che, in un prossimo futuro, negli scaffali delle farmacie i prodotti di sintesi e di fitoterapia fossero affiancati negli spazi destinati all'automedicazione. E non dovrebbe meravigliare se il farmacista -in scienza, coscienza e per conoscenza- consigliasse o spostasse una richiesta su un prodotto di origine naturale. Peraltro già oggi -pensando alla stagione autunnale di prossimo arrivo- può capitare di richiedere al farmacista, per il mal di gola, un prodotto di sintesi, magari già utilizzato e ritenuto efficace, e di sentirsi rispondere alla propria richiesta che, usando un prodotto a base di **propoli** titolata e standardizzata, si possono trovare notevoli vantaggi. Il farmacista potrà spiegare, in maniera concreta, che gli studi sulla propoli, hanno dimostrato come la sua triplice attività **antinfiammatoria, antibatterica** e **antivirale** può renderla preferibile a molte molecole di sintesi, che non riescono, per esempio, a coprire le tre azioni. Quanto sin qui detto chiarisce il perché sia ragionevole un orientamento all'autocura sostenuto dal supporto di un professionista del settore, pronto ad aumentare le conoscenze di chi voglia ascoltarlo. E -in attesa di nuove eventuali normative- il farmacista in farmacia sarà una garanzia che una scelta di automedicazione con fitoterapici sia sempre -in termini di qualità, efficacia e sicurezza- vincente per il consumatore-paziente.