



Prodotti naturali e la malattia di Parkinson

Nella medicina complementare esistono termini che vengono utilizzati in svariati modi: prodotti naturali, rimedi naturali, terapie naturali, prodotti di origine vegetale, fitoterapie... Anche numerosi farmaci della medicina classica, come ad esempio la penicillina, sono ricavati dalle piante. Ma non tutti i prodotti e le sostanze di origine vegetale sono «sani per natura» per l'essere umano. Anzi: possono essere velenosi, a volte addirittura letali. Ne sono un esempio il tasso (*taxus baccata*), la belladonna (*atropa belladonna*), la digitale (*digitalis*), la brugmansia (detta anche trombone degli angeli) e lo stramonio (*datura*). Di altri vengono invece elogiati gli effetti curativi, in parte anche sulla scorta di risultati della ricerca scientifica.

Mucuna pruriens e vicia faba

Esistono diverse piante che nelle loro strutture, ad es. semi o fagioli, contengono la levodopa, ovvero la sostanza più efficace contro il Parkinson. Fra queste spicca la **mucuna pruriens**, divenuta nota grazie alla medicina ayurvedica (utilizzata in India sin dall'antichità) e giudicata particolarmente idonea in virtù del suo elevato tenore di levodopa. I suoi fagioli sono ancora più ricchi di levodopa dei semi di fava



Mucuna pruriens: gli estratti di questa pianta possono essere efficaci nel Parkinson.
Foto: wikimedia.org

(*vicia faba*). Vari studi hanno confermato l'efficacia della *mucuna pruriens* nel confronto con i farmaci standard, attestandone anche la buona tollerabilità. Il problema risiede nel dosaggio. Come succede con tutti i prodotti di origine vegetale, le dosi di polvere non contengono sempre la stessa quantità di sostanza attiva (in questo caso la levodopa). Così, nei diversi preparati a base di *mucuna* offerti sul mercato (Atremo Plus, Dopa Mucuna di Now Foods o Mucuna Dopa di Biovea) non si trovano indicazioni sul contenuto (mg di levodopa), bensì solo sulla quantità di polvere (grammi) da assumere. Inoltre spesso questi prodotti di origine vegetale contengono anche altre sostanze (vitamina E, ad esempio, nell'Atremo plus). Nel caso della vitamina E, ciò può portare a un sovradosaggio. Per finire, questi prodotti di origine vegetale hanno un prezzo più alto rispetto al farmaco usato nella medicina classica: la dose media giornaliera (4 x 125 mg) di un farmaco a base di levodopa costa CHF 1.50 al giorno, 20 grammi di Atremo invece ben CHF 15.–.

Conclusione: questi preparati di origine vegetale sono sì efficaci, però è praticamente impossibile stabilire un dosaggio individuale preciso. Nei Paesi europei, essi non costituiscono un'alternativa ai farmaci della medicina classica. Possono invece trovare impiego laddove questi ultimi non sono disponibili. La combinazione con i farmaci standard richiede grande prudenza.

Fieno greco

Il fieno greco (*trigonella foenum-graecum*) è una specie vegetale appartenente alla famiglia delle Fabaceae (leguminose). Gli effetti decantati in Internet sono simili a quelli dell'aglio, della cipolla, dello zenzero, della menta piperita o del chili: una sorta di panacea, insomma. A quanto sembra, oltre a ridurre la glicemia nel diabete, correggere l'obesità e l'ipercolesterolemia, e contrastare la perdita di capelli, il fieno greco svolge un'azione antinfiammatoria, stimola l'appetito, aumenta la potenza sessuale e regola la sudorazione.



Vicia faba: anche gli estratti di questa pianta possono agire contro il Parkinson.
Foto: researchgate.net

Si ha notizia di uno studio indiano condotto nel 2013 su 50 parkinsoniani nel quale dopo sei mesi i partecipanti che, oltre alla levodopa, avevano assunto anche fieno greco presentavano meno sintomi rispetto ai pazienti senza fieno greco. I ricercatori non hanno fornito alcun dato circa la dose, rispettivamente il tenore di sostanza attiva contenuta nel fieno. La tollerabilità è risultata buona. Lo studio non è mai stato replicato per verificare i risultati.

Conclusione: l'effetto sul Parkinson non è dimostrato in maniera sicura.

Funghi medicinali

I termini «funghi curativi» o «funghi vitali» – che non poggiano su alcuna base scientifica – raggruppano una gran varietà di funghi ai quali vengono attribuiti quasi tutti gli effetti medicinali immaginabili. Stando a chi li promuove, nel caso del Parkinson bisognerebbe puntare sull'*hericium erinaceus* (altri nomi: barba del porcospino, testa di scimmia, criniera di leone). A dipendenza della pagina Internet che si visita, vengono consigliati anche altri funghi, che nella maggior parte dei casi agirebbero pure contro altre malattie, come infiammazioni della mucosa gastrica, ulcere gastriche e intestinali, cancro (in particolare dello stomaco e dell'esofago)... Non esistono né studi affidabili, né indicazioni sui dosaggi.

Conclusione: nessun effetto dimostrato contro il Parkinson. Attenzione: i funghi – come altre piante – possono essere nocivi, e persino velenosi.

Prof. em. Dr. med. Mathias Sturzenegger