

## Biancospino: bello, poetico e... salutare

Fabio Firenzuoli



Finalmente una pianta che va oltre le aspettative: il Biancospino. Si tratta di un arbusto tipico della macchia mediterranea, conosciuto non solo per la citazione del grande Pascoli "O Valentino vestito di nuovo/ come le brocche del biancospino.../", ma anche nella medicina popolare, da utilizzare per tisane calmanti.

In realtà si tratta di una vera e propria pianta medicinale, che dal punto di vista della fitoterapia ci sta riservando continue sorprese positive.

Il nome botanico del Biancospino è *Crataegus oxyacantha* L., o il sinonimo *Crataegus monogyna* Jacquin, appartiene alla famiglia delle Rosaceae, e la parte utilizzata ai fini terapeutici è costituita dalle sommità fiorite (foglie e fiori), contenenti:

- Flavonoidi (iperoside, spireoside, rutoside, quercetina, vitexina, orientina, 2"-ramnosil vitexina, quercitrina). Proantocianidoli (procianidolo dimero B-2, procianidolo trimero C-1, procianidolo B-5, epicatecolo) ed alcuni oligomeri ed una roantocianidina A2.
- Amine cardiotoniche insieme ad aminoacidi aromatici: fenetilamina, metossifenetilamina, tiramina, etilamina, dimetilamina, isobutilamina, beta-fenetilamina.
- Acidi triterpenici: ac ursolico, oleanolico e crategolico, acantolico e neotegolico.

Gli studi farmacologici condotti sul biancospino confermano la riduzione dello spasmo delle coronarie con aumento del flusso, l'aumento di forza di contrazione del miocardio (effetto inotropo

positivo), l'aumento dell'irrorazione sanguigna a livello delle coronarie e del miocardio, la riduzione delle resistenze vascolari periferiche e la modesta azione sedativa centrale. Responsabili dell'effetto sedativo del SNC sarebbero le proantocianidine. Ancora controverso è tuttavia il meccanismo d'azione.

E' sempre stato usato nella medicina popolare come sedativo del Sistema Nervoso Centrale, ed è presente infatti anche in alcune preparazioni medicinali contro l'insonnia e gli stati di nervosismo. Importanti studi clinici stanno tuttavia dimostrando che le indicazioni maggiori sono invece rappresentate da alcune patologie cardiache, ed in particolare:

- insufficienza cardiaca (I e II classe NHYA)
- trattamento complementare dell'angina pectoris
- cardiopatie associate alla senilità che non necessitano ancora di trattamenti digitalici
- ipertensione arteriosa di lieve-media entità
- ipertono cardiovascolare

Esistono al riguardo studi di farmacologia e di clinica che ne confermano l'efficacia. Non sono noti significativi effetti collaterali. Gli estratti di Biancospino migliorano tuttavia la biodisponibilità della Digitale, limitandone anche gli effetti collaterali.

Altre piante ben note sono state da sempre utilizzate nella terapia dello scompenso cardiaco, dalla sparteina estratta dalla Ginestra alla Digitale, che tuttora nelle sue varie preparazioni farmaceutiche costituisce la pianta medicinale ancora oggi più utilizzata. Il Biancospino è presente in alcune specialità medicinali generalmente associato a Passiflora e Valeriana, ma unicamente come forma estrattiva dei fiori (lista negativa della Commissione E).

Relegato ormai alla tradizione popolare il ricorso a forme estrattive non titolate (infuso, estratto fluido e tintura madre), l'estratto più idoneo ai fini preventivi e curativi è invece costituito dall'estratto secco ottenuto dalle sommità (foglie e fiori), titolato e standardizzato in flavonoidi, calcolati come iperoside/vitexina. I frutti pure rappresentano una droga presente nella lista negativa della Commissione E per la quale non esiste documentazione scientifica.

Il dosaggio raccomandato è di una quantità di estratto che garantisca da 5 a 20 mg al giorno di flavonoidi totali. Proprio per gli effetti sull'apparato cardiovascolare è tuttavia sconsigliata l'automedicazione.

Un'altra notizia positiva: è in corso (Holubarsch e coll., 2000) uno studio multicentrico in doppio cieco chiamato SPICE (Survival and Prognosis: Investigation of Crataegus Extract) che coinvolge 120 centri di ricerca europei per l'arruolamento di 2300 pazienti affetti da scompenso cardiaco congestizio in classe NYHA 2 o NYHA 3. Il periodo di trattamento sarà di due anni al fine di studiare gli effetti clinici di questo estratto, da solo o in associazione con diuretici, digitalici, ACE inibitori e beta bloccanti. In particolare sono aspettate informazioni circa l'incidenza di infarto miocardico, morte cardiaca improvvisa, tempi di ospedalizzazione per grave scompenso cardiaco, mortalità totale, qualità di vita dei pazienti e dati circa gli aspetti farmacoeconomici.

(l'autore è direttore del Centro di Medicina naturale, Ospedale San Giuseppe, Empoli)