

international news



Foto di Emilie40

Crocus sativus

a cura di Marco Angarano

ZAFFERANO E SINDROME METABOLICA

La sindrome metabolica è una situazione clinica complessa che comprende diverse condizioni come obesità, glicemia elevata, dislipidemia, ipertensione arteriosa ed è considerata il più importante fattore di rischio per le malattie cardiovascolari, le quali rappresentano la causa principale di mortalità a livello mondiale, sia per le donne sia per gli uomini. Sono diversi i farmaci disponibili per il trattamento dei fattori di rischio metabolici, ma attualmente l'utilizzo delle piante medicinali ha assunto un ruolo sempre più importante in funzione della loro sicurezza ed efficacia, dei minori effetti collaterali e di una maggior apertura culturale verso la fi-

tototerapia. Alcune piante come *Allium sativum* e *Nigella sativa*, insieme ai loro componenti attivi, hanno infatti dimostrato un'attività positiva nei confronti dei fattori di rischio cardiovascolari e metabolici.

Lo zafferano (*Crocus sativus* L.) è conosciuto per l'uso come spezia e colorante ed è utilizzato per le sue numerose proprietà anche nella medicina tradizionale come spasmolitico, eupeptico, carminativo, diaforetico, sedativo, espettorante, stomachico e afrodisiaco. Crocina, crocetina e safranale sono i tre principali composti a cui sono attribuite le proprietà farmacologiche dello zafferano e diverse evidenze scientifiche hanno mostrato un ampio ventaglio di potenzialità terapeutiche nella sindrome metabolica, legate alle attività antidiabetica, anti-iperlipidemia, ipotensiva e anti-obesità. Nella revisione della letteratura scientifica effettuata da ricercatori iraniani, focalizzata su studi in vivo e trials clinici relativi alle attività farmacologiche sopra citate, è stato evidenziato come lo zafferano possa avere un importante ruolo come agente preventivo o agente terapeutico nel trattamento della sindrome metabolica.

Razavi BM, Hosseinzadeh H. Saffron: a promising natural medicine in the treatment of metabolic syndrome. *J Sci Food Agric.* 2017 Apr;97(6):1679-1685.

Il consumo moderato di cacao e di alimenti che lo contengono è in grado di promuovere la salute del sistema cardiovascolare

CIOCCOLATO FONDENTE PER IL BENESSERE DEL CUORE

La fibrillazione atriale è la più comune aritmia riscontrata nella pratica clinica, che si stima interessi 8.8 milioni di persone nell'Unione Europea. Questo disturbo è associato a un alto rischio di ictus, arresto cardiaco, declino cognitivo, demenza e mortalità; di conseguenza, per la sanità pubblica assume grande importanza individuare possibili strategie per la prevenzione e per il trattamento di tale condizione patologica. Il consumo moderato di cacao e di alimenti che lo contengono è in grado di promuovere la salute del sistema cardiovascolare grazie all'alto contenuto di flavanoli, un gruppo di polifenoli dotati di attività antiossidante, vasodilatatoria e antinfiammatoria. Diversi studi hanno dimostrato che il consumo di cioccolato, quello fondente in particolare, riduce i fattori di rischio cardiovascolari e diminuisce la percentuale di arresto cardiaco, infarto al miocardio e mortalità cardiovascolare. Tuttavia, la ricerca relativa alla correlazione tra assun-



*l'Unico!
Formula
originale!*

dalla natura

OLIO 31

SINERGIA DI NATURA

La miscela di olio ricavata dalle 31 erbe suddette ha numerose applicazioni pratiche come: rinfrescare, vivificare, tonificare, massaggiare la cute, per sciacqui orali, per i capelli, dopobarba, riattivante e rassodante.

L'OLIO 31 RAIHUEN è una composizione di olii essenziali (parte concentrata dell'essenza della pianta) estratti da 31 piante selezionate e scelte con cura. L'estrazione dell'olio essenziale avviene in modo naturale in corrente di vapore o, per alcune parti di pianta, per pressione.



Tel. +39 0442 411196
info@naturfarma.it
www.naturfarma.it

zione di cioccolato e possibili benefici sulla fibrillazione atriale è ancora limitata; per questo alcuni ricercatori danesi e statunitensi hanno voluto approfondire tale relazione nell'ambito del "Danish Diet, Cancer, and Healthy study", uno studio prospettico di coorte durato 13 anni e mezzo con cui è stata indagata l'associazione tra abitudini alimentari, stili di vita e sviluppo di tumori. Allo studio hanno partecipato 55.502 persone (26.400 uomini e 29.102 donne).

Nella dieta dei soggetti inclusi nello studio, al basale è stato introdotto il cioccolato per valutare l'influenza del suo consumo sulla fibrillazione atriale; è sta-

to definito che una porzione di cioccolato era equivalente a 30 g, in modo da poter quantificare la sua assunzione e la frequenza nei diversi soggetti. Nel periodo della durata dello studio, il monitoraggio costante dei partecipanti ha consentito di rilevare 3.346 casi di fibrillazione atriale. I soggetti che consumavano una porzione di cioccolato con una frequenza da una a tre volte al mese si è riscontrato un tasso di fibrillazione atriale inferiore del 10% rispetto a coloro che consumavano meno di una volta al mese. Tra coloro che assumevano cioccolato una volta alla settimana il tasso era del 17%, mentre tra i consumatori abituali - da due a sei porzioni

la settimana - il tasso scendeva al 20%.

Nonostante i dati suggeriscano una significativa associazione tra il consumo di cioccolato e la diminuzione della fibrillazione atriale, ulteriori studi sono necessari per confermare tali risultati e per determinare i livelli corretti di assunzione per ridurre il rischio di fibrillazione atriale.

Mostofsky E, Berg Johansen M, Tjønneland A, et al Chocolate intake and risk of clinically apparent atrial fibrillation: the Danish Diet, Cancer, and Health Study. *Heart* Published Online First: 23 May 2017. doi: 10.1136/heartjnl-2016-310357

BIOPLANTA

Le erbe officinali di qualità garantite da una filiera controllata

Bioplanta opera con successo nel settore dei prodotti erboristici biologici-biodinamici.

Il listino dell'azienda è particolarmente completo e spazia dalle erbe officinali da agricoltura biologica alle miscele di erbe officinali taglio tisana, dagli infusi di frutta ai cuscini di erbe, dagli estratti idroalcolici agli oli essenziali.

Comune denominatore di tutta l'offerta del Marchio è l'elevato standard qualitativo offerto, che deriva dal controllo sull'intera filiera. Il marchio, infatti, lavora in stretta collaborazione con **Sud Officinale Coop. Agricola**, importante realtà nazionale nella produzione di piante officinali biologiche. Questo connubio permette di controllare ogni fase della produzione, dalla semina al preparato finale ed al confezionamento.

Il prodotto finito è il frutto di numerosi, delicati passaggi, per i quali la Cooperativa è attrezzata al meglio, grazie ai vasti terreni irrigui di cui dispone (28 ettari di terreni irrigui nella piana del fiume Bradano a circa 120 metri s.l.m. e circa 10 ettari in diverse aree montane, a 700/2000 metri s.l.m., del massiccio del Pollino, cui si affiancano 1000 m² di tunnels per la produzione di piantine), ai macchinari e alle attrezzature all'avanguardia (tra cui impianti di essiccazione ad aria calda forzata e macchine

specifiche per la preparazione delle droghe), ai capannoni dotati di moderni magazzini.

Il processo produttivo si articola in tre fasi: coltivazione effettuata con **pratiche agricole biologiche**; essiccazione mediante impianti ad aria calda forzata; lavorazione mediante impianti di defogliazione, separazione, taglio, depolverizzazione, ecc.

L'intero iter produttivo è finalizzato al raggiungimento dell'obiettivo qualità, una caratteristica che permette alla cooperativa di collocare sul mercato nazionale ed estero un prodotto competitivo.

Tutte le fasi della produzione vengono controllate da I.C.E.A. (Istituto Certificazione Etico Ambientale) in base al regolamento CEE 2092/91 e succ. CE 834/07.



BIOPLANTA
S. P. Destra Bradano, km 15
75022 Irsina (MT)
Tel.: 0835 517991;
Fax: 0835 518725
E-mail: info@bioplanta.it
Website: www.bioplanta.it