



# international news

a cura di Marco Angarano

## ROSA DAMASCENA PER IL SONNO DEI BAMBINI

I disturbi del sonno sono uno dei principali problemi nei bambini. Una cattiva qualità del sonno può portare a effetti negativi sulla loro crescita e sviluppo, in quanto influisce su tutti gli aspetti fisici, cognitivi e sociali. Le benzodiazepine sono i farmaci più prescritti e utilizzati per indurre il sonno, ma presentano numerosi effetti collaterali come sonnolenza diurna, stanchezza, mal di testa, irritabilità, vertigini e amnesia.

Con il recente aumento della tendenza all'uso della medicina complementare nel trattamento dei bambini, l'aromaterapia è stata presa in considerazione come utile rimedio per questo problema, in funzione dei suoi considerevoli benefici e dei bassi effetti collaterali.

*Rosa damascena* è una delle piante medicinali più comuni raccomandate per il trattamento dei disturbi del sonno nella medicina tradizionale dell'Iran. Diversi studi hanno dimostrato che ha effetti ipnotici, antitussivi, antidiabetici, ansiolitici e rilassanti, anti-HIV, antibatterici e antiossidanti. Sebbene in alcuni

lavori sia stato consigliato l'olio essenziale di *Rosa damascena* (RO) per trattare i disturbi del sonno, non è stata riscontrata alcuna valutazione specifica dei suoi effetti ipnotici sui bambini. Un team di ricercatori iraniani ha condotto perciò uno studio sperimentale su 30 bambini con disturbi del sonno (età compresa tra 5 e 12 anni) per determinare l'effetto dell'aromaterapia con RO sulla qualità del sonno.

Per individuare un corretto dosaggio del RO, i ricercatori hanno preso in considerazione alcuni studi simili e hanno utilizzato una diluizione di RO in olio vegetale al 10%.

Per due settimane i bambini hanno inalato 5 gocce di RO 10% poste su un batuffolo di cotone per 20 minuti ogni sera dopo essere andati a letto. Ai genitori è stato chiesto di avere una supervisione diretta della procedura durante l'intervento. Alla fine della prima settimana, i genitori sono stati contattati per controllare che la procedura fosse applicata correttamente, le reazioni del bambino e gli eventuali effetti collaterali. La valutazione finale è stata effettuata alla fine della seconda settimana, utilizzando un apposito questionario elaborato per determinare l'entità dei disturbi del sonno.

I ricercatori hanno affermato che lo studio presentava alcuni limiti, viste le diverse condizioni soggettive dei bambini in età

prescolare e scolare, suggerendo che gli studi futuri si focalizzino su un solo tipo di disturbo del sonno e i risultati siano osservati per almeno due settimane dopo il termine del trattamento aromaterapico.

Lo studio ha comunque mostrato gli effetti positivi e significativi che l'inalazione di RO ha avuto nel migliorare la qualità del sonno nei bambini, perciò i ricercatori hanno concluso che tale approccio al disturbo, può essere considerato sicuro, adatto e accettabile.

A.S. Keyhanmehr, M. Movahhed, S. Sahranavard, L. Gachkar, M. Hamdich, Sh. Afsharpaiman, H. Nikfarjad. The Effect of Aromatherapy with *Rosa damascena* Essential Oil on Sleep Quality in Children. *Research Journal of Pharmacognosy* 5(1), 2018: 41-46

## ATTIVITÀ ANTIVIRALE DELLE LAMIACEAE

La costante ricerca di nuovi farmaci con proprietà antivirali si estende spesso ai prodotti di origine naturale. Infatti, sono stati condotti numerosi studi per valutare le proprietà antivirali di piante medicinali e aromatiche, incluse alcune non utilizzate nella medicina tradizionale. Alcuni prodotti a base vegetale e composti isolati di origine naturale hanno mostrato effetti antivirali contro vari virus, tra cui l'HIV. Sono state valutate diverse classi

di composti bioattivi delle piante, tra cui flavonoidi, cumarine, polifenoli, tannini, terpenoidi, oli essenziali, alcaloidi, polisaccaridi e proteine, e la maggior parte ha dimostrato di essere attiva nei confronti di un'ampia gamma di specie virali.

L'uso terapeutico delle piante medicinali possiede numerosi vantaggi. È stato dimostrato che i pazienti affetti da HIV che optano per il trattamento con la fitoterapia, affiancato al trattamento convenzionale, presentano una mortalità più bassa, un'aspettativa di vita più lunga e una qualità di vita migliore rispetto ai pazienti che utilizzano solo la terapia convenzionale. Le piante potrebbero inoltre ridurre gli effetti dannosi dei farmaci. Inoltre, vari casi-studio hanno mostrato che alcuni pazienti, utilizzando esclusivamente la fitoterapia come terapia per l'HIV, sono riusciti a mantenere la carica virale al di sotto del limite di rilevanza durante o dopo il trattamento. Sebbene le piante e i composti derivati scoperti finora non possano sostituire i farmaci convenzionali, i numerosi studi forniscono un punto di partenza per un ulteriore esame dell'attività di alcune piante e della loro possibile applicazione in una terapia aggiuntiva a quella convenzionale. La famiglia delle Lamiaceae è una delle più importanti per quanto riguarda l'uso erboristico e medicinale, come nell'aromaterapia. Comprende piante aromatiche e produttrici di oli essenziali ben note per i vari effetti biologici; tra queste timo, menta, origano, basilico, salvia, santoreggia, rosmarino, issopo, melissa e molte altre.

In questo lavoro, effettuato da un gruppo di ricercatori serbi, viene fornita una revisione del potenziale antivirale di queste piante, sulla base di quanto finora dimostrato in precedenti studi, con particolare attenzione alle proprietà anti-HIV. Da questa

analisi della letteratura è apparso che numerosi studi *in vitro* hanno evidenziato le proprietà anti-retrovirali di diverse specie appartenenti alla famiglia delle Lamiaceae.

L'effetto riscontrato è generalmente significativo e dose-dipendente; il meccanismo più probabile di questa attività è l'azione diretta contro le strutture esterne del virus (principalmente l'envelope, l'involucro virale esterno composto da fosfolipidi e glicoproteine, caratteristico di diversi virus), che determina così una riduzione dell'adesione del virus alle cellule bersaglio e ne impedisce la penetrazione.

Altri esperimenti effettuati tra-

mite formulazioni per applicazione locale, per esempio in soggetti affetti da *herpes labialis*, hanno dato risultati incoraggianti, dimostrando il potenziale delle Lamiaceae come terapia integrativa.

Ulteriori studi clinici potrebbero fornire dati più approfonditi sull'attività antivirale di tali piante e le potenziali applicazioni cliniche sui pazienti.

Bekut M, Brkić S, Kladar N, Dragović G, Gavarić N, Božin B. Potential of selected Lamiaceae plants in anti(retro)viral therapy. *Pharmacol Res.* 2017 Dec 16. pii: S1043-6618(17)31025-3. doi: 10.1016/j.phrs.2017.121.016. [Epub ahead of print]



  
**ACCADEMIA  
DELLA TISANA**

Quando una donna  
diventa mamma...  
**LACTISANA**  
tisana a base di *Galega*  
pianta utile alla stimolazione della  
produzione del latte materno

**TISANE IN FILTRO**  
NO ADDITIVI • 13 FORMULAZIONI FUNZIONALI  
100% PIANTE UFFICIALI BIOLOGICHE

Laboratori Biokyma srl | Anghiari - Toscana | +39 0575 749989 | [www.biokyma.com](http://www.biokyma.com)