

CONSENSUS PAPER

Integratori di origine botanica: approccio multidisciplinare alla qualità: il caso della curcuma

Secondo il Censis sono 32 milioni gli italiani che utilizzano integratori alimentari, 18,7 milioni in maniera abituale.

Un consumo trasversale per genere, età, area geografica, rivolto ad un settore che comprende una grandissima quantità di prodotti molto differenti fra loro, anche per diversa attenzione e trasparenza sulla qualità e sulla sicurezza. E fra i quali non sempre è facile orientarsi.

In questo contesto, come scegliere integratori che offrano garanzie di qualità, efficacia e sicurezza?

Per rispondere a questa domanda e fare chiarezza sulla base delle evidenze scientifiche e dell'esperienza clinica, nasce l'Advisory Board sulla Qualità degli integratori di origine botanica.

Il Board nasce su iniziativa di Indena, azienda leader nella produzione di ingredienti botanici di qualità, **e di Scharper**, azienda farmaceutica che ha anche una storia di sviluppo e commercializzazione di integratori alimentari promossi esclusivamente sulla classe medica. Dieci esperti italiani e internazionali di diversa specializzazione (medici, biologi, chimici) si sono confrontati per offrire una posizione condivisa attraverso il Consensus Paper Integratori di origine botanica: approccio multidisciplinare alla qualità. Il caso della curcuma, presentato oggi a Milano.

Riconoscere un integratore di qualità è possibile, ed è una competenza innanzitutto del medico e del farmacista. Trasparenza sulla filiera produttiva, dalla materia prima al prodotto finito, ed evidenze scientifiche sugli ingredienti di derivazione botanica (botanicals) sono le informazioni che i prescrittori possono richiedere per valutare la qualità e la sicurezza dei prodotti.

Altrettanto importante è un utilizzo consapevole degli integratori. La tendenza diffusa fra i consumatori a considerarli prodotti naturali e quindi "di per sé buoni", e la loro facilità di acquisto, hanno facilitato l'abitudine al "fai da te". Ma l'impiego di integratori di



origine botanica richiede una valutazione complessiva del soggetto interessato e delle sue condizioni, delle possibili interazioni fra i principi attivi contenuti dagli integratori in questione ed altri prodotti (farmaci o altri integratori) che la persona sta assumendo: una competenza che può essere solo del medico o del farmacista.

Il Consensus Paper presentato il giorno 29 gennaio a Milano dagli esperti dell'Advisory Board sulla Qualità degli integratori di origine botanica approfondisce il caso della curcuma, uno degli estratti botanici più studiati e utilizzati al mondo.

Riconosciuta dal Ministero della Salute per i suoi effetti antiossidanti e sulla funzionalità osteoarticolare, la curcuma è stata oggetto di studi clinici che ne hanno dimostrato la funzione antinfiammatoria, attraverso la quale essa contribuisce a mantenerne la salute a livello gastrointestinale, cardiovascolare, osteoarticolare, epatico.

Mentre dal punto di vista dell'efficacia la curcuma, come molti estratti di derivazione botanica, è scarsamente assorbibile dall'organismo, problema a cui rispondono soluzioni formulative diverse, come quella, tecnologicamente innovativa, della curcuma fitosoma.

Nonostante la sua amplissima diffusione e il grande consumo, anche nel caso della curcuma è consigliabile ricorrere al consiglio del medico o del farmacista per valutare l'opportunità di assumerla mediante integrazione alimentare.

Il Consensus Paper Integratori di origine botanica: approccio multidisciplinare alla qualità ha ricevuto l'egida della **Società Italiana di Nutraceutica – SINut**, che ne ha riconosciuto il valore scientifico e la coerenza con gli obiettivi dell'associazione.

Website: <https://www.indena.com>

