



Foto di F. Mearelli

Denominazione della droga

La *withania somnifera* (solanaceae) è denominata anche ashwaganda, winter cherry, ginseng indiano.

Del genere *withania* sono state distinte ben 23 specie diverse, di cui però solo la *withania somnifera* è considerata possedere proprietà medicamentose.

Descrizione botanica

La *withania somnifera* è una pianta erbacea, legnosa alla base, che raggiunge un'altezza media di 60-120 cm. La superficie della pianta è ricoperta da peli stellati che gli conferiscono un aspetto grigio-tomentoso.

Le foglie sono opposte, oblunghe, cuneiformi di lunghezza media pari a 7 cm ed a margine intero. I fiori sono di colore verde-giallo ed i frutti sono delle bacche verdi quando acerbe e arancio-rosse quando mature.

Distribuzione geografica

La pianta è molto diffusa in India ma cresce spontaneamente anche in altre varie parti del globo ed in particolare in Sud Africa, Asia orientale ed area mediterranea tra cui in Italia, specialmente in Sicilia e Sardegna.

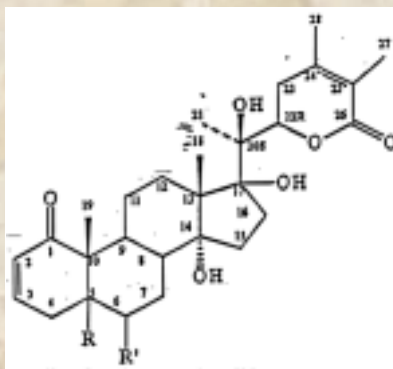
Parti della pianta usate

Generalmente la droga è costituita

dalle radici, anche se talvolta sono state utilizzate le foglie.

Costituzione chimica

Dalla droga sono stati isolati una serie di lattoni steroidei detti withanolidi (J, S, E, G, D, F, H, I, K, L, M, A) e withaferina A (solo nelle foglie). La droga contiene inoltre alcuni alcaloidi tra cui withanina, withaninina nicotina e tracce di scopoletina.⁽¹⁾



Usi ed attività farmacologiche

La droga è conosciuta ed utilizzata sin dall'antichità in medicina indiana principalmente come tonico ed adattogeno da cui il nome di ginseng indiano. Gli studi farmacologici hanno prodotto risultati contraddittori e variabili in merito alle attività sedative, diuretiche ed antinfiammatorie di estratti della pianta⁽²⁾⁽³⁾. Studi più recenti sembrano

a cura della Redazione

invece confermare in numerosi tests l'attività antistress della droga e quindi il suo utilizzo come energetico⁽⁴⁾. La withaferina A è il principio attivo a cui sono state attribuite gran parte delle attività delle foglie. Questa sostanza infatti ha mostrato delle rilevanti attività antibatteriche, soprattutto rivolte verso batteri Gram positivi, ma possiede però una certa tossicità per la sua importante attività immunosoppressiva e quindi citotossica⁽⁵⁾. L'utilizzo delle foglie è per questo motivo sconsigliato.

Dosaggio e forme di utilizzo

Non è stato ufficialmente stabilito un preciso dosaggio in quanto la droga non è stata presa in rassegna dalla Commissione E tedesca o dall'ESCOP. Si può comunque consigliare un dosaggio di 1-2 g di droga al dì o quantità equivalenti di estratti o preparati. Come estratto secco la droga è utilizzata in preparati tonici ed energetici soprattutto in forma liquida (fiale bevibili) ma anche in forma solida (capsule e compresse). Gli estratti in commercio non sono generalmente titolati.

Tossicologia e controindicazioni

La droga non ha particolari effetti tossici ma si sconsiglia comunque il suo utilizzo in gravidanza⁽⁶⁾. La withaferina A come già accennato ha azione citotossica ma è contenuta solo nelle foglie della pianta di cui se ne sconsiglia l'uso.

Effetti collaterali

Non si riscontrano effetti collaterali degni di nota.

Riferimenti bibliografici

- (1) Duke JA, CRC Handbook of Med. Herbs 1987; 514-515 (CRC Pres Inc)
- (2) Fontaine R and Erdoes A, Planta Medica 1976; 30: 242
- (3) Budhiraja RD et al, Planta Medica 1977; 32:154
- (4) Battacharya SK et al, Phytotherap Res 1987; 1: 32
- (5) Bahr V and Hansel R, Planta Medica 1982; 44:32
- (6) Dastur JF, Medicinal Plants of India e Pakistan; Dbaratorevala Sons & co Bombay