

Fitosostanze galeniche (3° Parte)

Tratto da "WIKIPEDIA"

CUMARINE

Le cumarine sono le sostanze che si sentono come odori del fieno fresco. Pare che agiscano sulla distensione della muscolatura liscia. In naturopatia vengono sfruttate soprattutto come antiartritici sotto forma di impacchi di fiori di fieno e come preparati per uso interno ed esterno di piante come il meliloto, la ruta e la stellina odorosa.

FENOLI

Sono antisettici, analgesici e anaflogistici. L'acido salicilico è un tipo di fenolo che si trova nel salice, nell'olmaria e nella pervinca, mentre altri tipi di fenoli si trovano nel timo, nel chiodo di garofano e nell'uva ursina.

FITOACIDI

I fitoacidi (organici) si trovano in molte piante, più negli agrumi e nell'altra frutta. I tipi alifatici (catene) si trovano per lo più in piante come l'ortica, la valeriana e la frutta, mentre le strutture aromatiche (cicliche) si incontrano in fitosostanze resinose come i balsami di benzoa, balsamo di tolu, balsamo di perù, ma anche del mirtillo rosso. Di solito hanno delle proprietà antisettiche, febbrifughe e diuretiche.

FLAVONOIDI E FLAVOGLICOSIDI

(da: flavus: giallo). Sostanze che rendono più resistenti i vasi capillari. Utili anche contro gli spasmi digestivi e in disturbi cardiovascolari. I tipi più noti sono la rutina, contenuta in piante come l'ippocastano e l'esperidina, contenuta nella buccia di agrumi.

GLICOSIDI

Gruppo chimico che, tramite l'idrolisi, si decompone in una parte di zucchero e una di non zucchero. Terapeuticamente è eterogeneo. I glicosidi più usati nella fitoterapia sono i "cardioglicosidi" contenuti nei digitalis, nella convallaria, nello strofantus, nella scilla marina. Cave! Dosaggio solo per esperti.

ACIDI GRASSI ESSENZIALI

Alcuni lipidi essenziali per l'organismo umano si trovano nella semenza di tante piante (salvo il gruppo degli omega-3 che sono riservati quasi esclusivamente ai tessuti animali), anche se raramente in quantità rilevanti. Per coprire il loro fabbisogno serve la dietetica e non i rimedi. Si tratta prevalentemente di olio oleico (uliva, ...), linolici (cereali, ...), linolenici (selvaggina, volatili, pesce, ...), eicosapentaenici e docosahexaenici (volatili, pesce, ...).

MINERALI

I minerali essenziali per l'organismo umano si trovano in quasi tutte le piante (salvo il sodio Na e il ferro Fe), anche se raramente in quantità rilevanti. Per coprire il loro fabbisogno serve la dietetica e non i rimedi. Ne sono ricchi i brodi animali e vegetali, perché sono idrosolubili e vengono estratti in notevoli quantità.

MUCOLASI, MUCILLAGINOSI

Sostanze che formano muco nell'acqua. Diminuiscono le irritazioni delle mucose. Non vengono riassorbite. Tante piante ne contengono come la consolida, il lino, il fieno greco, la malva, ... Molti di loro sono polisaccaridi non assimilabili dall'organismo umano che servono da sostanze di ballasto come la gelatina, la pectina, l'agar-agar, ...