

L'equivoco dei bioflavonoidi in gravidanza

a cura del nostro erborista Roberto Vergani

La propoli non si può usare in gravidanza? Non è mai stato vero ed ora il Ministero della Salute lo ha chiarito.

Nel maggio di quest'anno (2010) il Ministero della Salute ha finalmente emanato una nota con la quale ha precisato le limitazioni d'impiego dei bioflavonoidi in gravidanza, dopo molti anni di errate interpretazioni con pesanti ripercussioni sull'uso delle piante medicinali da parte delle gestanti. A titolo personale ho più volte illustrato a medici e farmacisti in cosa consistesse l'equivoco, motivando con il supporto di una vasta documentazione scientifica, come fosse inopportuno ed esagerato vietare alle gravide l'uso di quasi tutti i prodotti naturali.

I consumatori che hanno sentito dichiarare da medici e farmacisti, o che hanno letto su internet, che la propoli non si può usare in gravidanza, per citare l'esempio più conosciuto, sappia che non era vero come ho sempre sostenuto nella mia attività culturale, pur adeguandomi a questa limitazione nella pratica professionale di produzione nel nostro laboratorio e nei rapporti con il pubblico. E' interessante saper cosa è accaduto.

Nell'aprile del 2000 fu pubblicato un articolo scientifico statunitense che ipotizzava una correlazione tra l'assunzione di bioflavonoidi in gravidanza e casi di leucemia nel primo anno di vita¹; è poi stato appurato che non vi è nessuna relazione. I prodotti in questione erano farmaci a base di bioflavonoidi isolati o semisintetici (i più usati in terapia sono quercitina, rutina, esperidina e derivati) che sono sostanze utilizzate principalmente per l'insufficienza venosa. Una copia di quella pubblicazione arrivò al procuratore Guariniello della procura di Torino che inoltrò una segnalazione informativa al Ministero della Salute; il Ministero in via prudenziale emanò in data 4 luglio 2002 una nota con la quale dispose di non impiegare i bioflavonoidi in gravidanza in attesa di accertamenti, indicando di riportare sulle confezioni dei prodotti a base di bioflavonoidi la dizione "non usare in gravidanza"².

La nota ministeriale invece di precisare che si riferiva ai farmaci composti di bioflavonoidi isolati, utilizzò il termine generico "bioflavonoidi" ma questo termine indica un gruppo di circa 4.000 sostanze presenti in quasi tutti i vegetali, ne sono ricchissimi tutti i frutti rossi (uva, ciliegie, mirtilli, lamponi, ecc) quasi tutte le verdure, moltissime piante medicinali, la propoli, ecc.

A questo punto iniziò l'equivoco: le industrie farmaceutiche che ragionano in termini di singole molecole, interpretarono erroneamente che la nota ministeriale si riferisse ai bioflavonoidi in generale, ovunque contenuti. Proprio in quegli anni molte industrie si dedicarono ai presidi fitoterapici con nuove produzioni e applicarono la dizione "non usare in gravidanza" praticamente a tutti i prodotti contenenti bioflavonoidi, prima tra tutti la propoli. Questo errore si

¹ "Dietary flavonoids and the MLL gene: A pathway to infant leukemia?", Julie A. Ross Department of Pediatrics, University of Minnesota Cancer Center, Box 422, 420 Delaware Street SE, Minneapolis, MN 55455, Proc. Natl. Acad. Sci. U.S.A. 2000 April 25; 97(9): 4411–4413.

² Nota protocollo 600.12/AG21/20924 luglio 2002 dalla Direzione Generale Sanità Pubblica Veterinaria, Alimenti e Nutrizione.

diffuse a tutte le produzioni, principalmente a quelle vendute in farmacia ma poi anche a quelle erboristiche; tutte le aziende si adeguarono a questo equivoco temendo sanzioni e sequestri da parte degli organi di controllo; l'equivoco divenne prassi corrente. Parallelamente si diffusero notizie errate, specie da parte di incolpevoli farmacisti che, attenendosi a questa interpretazione della nota ministeriale, raccomandavano alle gestanti di non usare la propoli perché "dannosa in gravidanza".

Questo equivoco si diffuse tanto che alcuni autorevoli professionisti e alcune associazioni mediche intervennero per correggere l'errore³; in effetti l'Organizzazione Mondiale della Salute al contrario raccomanda il consumo in gravidanza di vegetali ricchi in bioflavonoidi per la loro azione benefica⁴. Ci fu addirittura un'interrogazione parlamentare che tentò di chiarire questo equivoco⁵; l'allora Ministro della Salute Girolamo Sirchia rispose che il provvedimento era stato emesso per "estrema cautela" e non era riferito ai vegetali ricchi in bioflavonoidi che anzi sono benefici, aggiungendo che il ministero avrebbe approfondito e chiarito la situazione; non se ne seppe più nulla fino al maggio 2010, ben otto anni dopo la pubblicazione della prima nota ministeriale.

E siamo ad oggi con la pubblicazione della nota 19-05-2010 contenente direttive per l'utilizzo di alcune sostanze negli integratori, tra cui i bioflavonoidi. In sostanza il ministero ha chiarito che la limitazione nell'uso in gravidanza è relativa ai soli complessi di bioflavonoidi isolati e non a tutti i vegetali che ne contengono. E' stato quindi riammesso l'uso in gravidanza di quasi tutte le erbe autorizzate per l'impiego in erboristeria e della propoli, con l'eccezione di poche specie soggette a limitazioni specifiche (Ginkgo biloba, Citrus aurantium ed altre).

Le conseguenze di questo equivoco sono tuttora rilevanti, ci sono ancora in commercio molti prodotti che riportano l'avvertenza "non assumere in gravidanza" anche se possono essere utilizzati e ancora molti professionisti non si sono aggiornati e continuano, per esempio, a vietare la propoli perpetuando i disagi delle gestanti raffreddate e influenzate alle quali di norma non vengono somministrati farmaci (eccetto il blando paracetamolo) e a cui venivano negate anche la propoli, l'echinacea e altre erbe utili.

Il numero delle piante ritenute medicinali è grandissimo, si stima ne esistano oltre 800.000, di cui oltre 100.000 sono utilizzate nel mondo, ma moltissime sono le piante tossiche o dotate di rilevante attività farmacologica o che non sono ancora state indagate in modo sufficiente (alcune tra queste sono pericolosamente in vendita su internet); solo per una piccola parte, quelle più tradizionalmente impiegate che sono poche centinaia, sono disponibili informazioni ed esperienze d'uso sufficienti per un impiego sicuro; tra queste non tutte sono adatte all'uso in gravidanza. E' quindi evidente che quanto qui esposto non va inteso come la dichiarazione che le gestanti possono utilizzare qualunque prodotto vegetale indiscriminatamente, molte erbe di comune impiego negli integratori erboristici sono controindicate o non sono adatte in gravidanza ed è quindi sempre necessario il parere di personale competente, inoltre il ministero della salute raccomanda alle gestanti di informare sempre il proprio medico quando si assumono erbe.

Roberto Vergani Erborista

Settembre 2010

³ "I bioflavonoidi: tanto rumore per nulla", Bollettino d'Informazione sui Farmaci, Agenzia Italiana del Farmaco, Anno IX n. 5 settembre-ottobre 2002
"Flavonoids: risks or therapeutic opportunities?", Firenzuoli F, Gori L, Crupi A, Neri D., Centro di Medicina Naturale, Ospedale S. Giuseppe, Azienda USL 11, Empoli.

⁴ "Healthy Eating during Pregnancy and Breastfeeding", WORLD HEALTH ORGANIZATION, Regional Office for Europe, Nutrition and Food Security, 2001

⁵ Interrogazione parlamentare dell'On. Maceratini al Ministro della salute G. Sirchia, seduta n. 299 del 16/4/2003.