

Fitoterapici in gravidanza

Testi tratti dal bollettino dell'Aifa Farmacovigilanza News - n. 12/13 - giugno 2005

Un diffuso senso comune spinge le donne in gravidanza a limitare l'uso di tutte le terapie farmacologiche. Alcuni studi, infatti, mostrano che molte donne gravide tendono ad evitare l'assunzione di farmaci - anche se di dimostrata sicurezza - durante questo periodo e si indirizzano verso trattamenti non farmacologici con la convinzione che i prodotti naturali siano più sicuri dei farmaci di sintesi. I disturbi per i quali più spesso vengono usate le erbe sono rappresentati da nausea, insonnia, stitichezza, infezioni urinarie e lombalgia.

A questo proposito sono d'obbligo alcune considerazioni di carattere generale:

- Le conoscenze relative alla farmacocinetica ed al meccanismo d'azione di una pianta o di un suo estratto, sono generalmente molto scarse, e comunque limitate a qualche singolo componente. In generale si sa ancora molto poco sulla distribuzione delle sostanze vegetali attraverso la barriera placentare, sui possibili effetti teratogeni e sulle loro attività farmacologiche sui tessuti embrionali.
- Sempre, ed in particolare nel 1° trimestre, l'uso di erbe medicinali e derivati, compreso quello di prodotti erboristici, dovrebbe essere evitato o comunque limitato ai casi di effettiva necessità e su prescrizione medica.
- Le sostanze vegetali maggiormente rischiose sono gli oli essenziali (presenti anche nella propoli), e gli alcaloidi, tutte sostanze ad altissima diffusibilità e dotate di basso indice terapeutico, quindi potenzialmente tossiche per l'embrione e il feto o attive sulla contrattilità uterina, e quindi potenzialmente a rischio di aborto.
- Caffaina e nicotina riducono facilmente l'irrorazione placentare e per questo in gravidanza è controindicato il fumo e l'assunzione di molti caffè, così come altre piante neuro/cardio-stimolanti o neuro/cardiotossiche quali l'efedra, la noce moscata, l'arancio amaro, ecc.
- Sono controindicate soprattutto le seguenti piante medicinali: China, Assenzio, Ruta, lassativi antrachinonici (Aloe, Cascara, Senna ecc.), Melograno, Chenopodio, Ginepro, Prezzemolo, Menta, Calamo aromatico, Cannella, Issopo, Salvia e comunque tutti gli oli essenziali in particolare quelli ricchi di chetoni. Alcune aumentano la contrattilità uterina con rischio di aborto, altre sono direttamente tossiche per il feto o l'embrione, come per esempio le piante contenenti alcaloidi pirrolizidinici (Borragine, Farfara, Consolida, Farfaraccio, Senecione, ecc.).
- Occorre cautela anche con le piante che si dimostrano efficaci come, ad esempio, lo zenzero la cui efficacia contro nausea e vomito è stata dimostrata in uno studio caso-controllo⁴ e in alcuni studi randomizzati controllati. Confrontato con il placebo, lo zenzero determina una riduzione significativa di nausea e vomito gravidici. Data, nonostante ciò, la presenza nel rizoma di zenzero di sostanze ad attività mutagena, rimane il consiglio di evitarne l'assunzione.
- Il Ministero della Salute ha emesso, in passato, alcuni provvedimenti restrittivi relativi all'uso di alcune erbe in gravidanza presenti in integratori: Ginkgo biloba, Citrus aurantium e Riso rosso fermentato.

Oltre al periodo della gravidanza anche durante l'allattamento occorre prestare molta cautela nell'uso delle erbe. Un recente studio norvegese dimostra come il 43% delle donne in questa fase ricorre a prodotti a base di erbe per aumentare la produzione del proprio latte. Le erbe più utilizzate, nonostante manchino studi che ne dimostrino l'efficacia, sono i semi di Finocchio e di Anice, coni di Luppulo, sommità di Verbena e di Galega. Alcune erbe in particolare possono alterare il sapore del latte poiché molto amare, quali la Genziana, il Lichene islandico e la China. Altre, come quelle contenenti salicilati e lattoni sesquiterpenici, possono essere invece responsabili di reazioni allergiche nel neonato. Nel latte passano anche altre sostanze attive quali fitoormoni, come ad esempio gli isoflavoni della soia.

Tra le erbe di uso comune un'avvertenza in particolare riguarda la Galega (Galega officinalis), la quale si è dimostrata responsabile di effetti tossici cardio-respiratori in animali (pecore e bovini) che si sono nutriti di tale pianta. La sostanza responsabile è la galegina. Queste considerazioni, pur in assenza di eventi avversi segnalati nel neonato, spingono a sconsigliare l'uso della Galega officinalis.