

PROPRIETÀ SALUTISTICHE DEGLI INGREDIENTI di RiBosw Plus

BOSWELLIA

Albero deciduo nativo dell'India, ma che cresce anche in Nord Africa e Medio Oriente. La droga è rappresentata dalla gomme-resina ottenuta per incisione della corteccia e contiene principalmente un olio essenziale (16%) e acidi triterpenici pentaciclici (50%), denominati acidi boswellici, che sono considerati i principi attivi della boswellia. Gli acidi boswellici includono l'acido 0-boswellico, l'acido keto-|3-boswellico, l'acido 3-oxo-tirucallico e l'acido 3-acetil-Il-keto-|3-boswellico, che rappresenta l'attivo più importante.

Nella medicina tradizionale ayurvedica viene utilizzata per il trattamento di diverse patologie, incluse l'artrite reumatoide, la diarrea e i disturbi premestruali. La fitoterapia sperimentale ha dimostrato che gli effetti antinfiammatori della boswellia sono collegati alla loro abilità di inibire la biosintesi dei leucotrieni. Infatti, gli acidi boswellici sono dei potenti e selettivi inibitori della lipossigenasi, l'enzima responsabile della biosintesi dei leucotrieni. L'acido keto-|3-boswellico inibisce poi l'attività dell'elastasi leucocitaria umana (le elastasi sono proteinasi coinvolte nel processo di infiammazione cronica).

È in grado di inibire NF-κB fortemente coinvolto nell'infiammazione e nella down regulation o inibizione di citochine pro-infiammatorie, come IFN-γ, TNF-α e IL-1β. Gli studi clinici hanno evidenziato che gli estratti di Boswellia trovano indicazione nelle patologie infiammatorie croniche a patogenesi immunologica o allergica (asma bronchiale, coliti infiammatorie, artrite reumatoide, dermatiti ecc.) con un ottimo profilo di efficacia e tollerabilità. Una recente revisione sistematica e metanalisi effettuata su 7 RCT con 545 pazienti totali ha evidenziato che la Boswellia è un ottimo agente antinfiammatorio, antiartritico e analgesico efficace nella riduzione del gonfiore, nel sollievo del dolore e nel miglioramento della capacità motoria mattutina in pazienti affetti da osteoartrite.

RIBES NERO

Il Ribes è un arbusto alto fino a 1,5 m; ha foglie che presentano 3-5 lobi a contorno triangolare e margini dentati. I fiori, in racemi pendenti, sono verdastri fuori e rossastri all'interno. I frutti sono piccole bacche nere di sapore gradevole. È spontaneo in Europa tranne che nella regione mediterranea, dove viene coltivato per i suoi frutti. È infatti forse più conosciuto per le tipiche bacche utilizzate in gastronomia e dall'industria dolciaria e dei liquori che non come pianta medicinale. In realtà si tratta di una pianta di cui sono utilizzabili molte parti, per la presenza di vari tipi di costituenti chimici.

In particolare, gli estratti delle foglie sono utili come antinfiammatori, grazie al loro contenuto in flavonoidi (astragalina, isoquercitrina, rutina, quercetina), proantocianidine oligomeriche, Vitamina C e un olio essenziale. Le foglie di ribes nero sono utilizzate tradizionalmente contro artrite, gotta e reumatismi, diarrea, coliche, ittero e disturbi epatici, minzione dolorosa, calcoli urinari, e per favorire la minzione.

UNCARIA

Grosso arbusto rampicante tipico della foresta amazzonica peruviana: nell'America latina viene chiamata Una de gato (unghia di gatto) a causa delle sue caratteristiche spine uncinatate e indirizzate verso il basso. La corteccia è la parte attiva della pianta: contiene una miscela estremamente complessa di alcaloidi ossindolici pentaciclici (pteropodina, isopteropodina, rincofilina, isorincofilina, mitrafillina, isomitrafillina) ad azione immunomodulante.

Nella medicina andina la droga viene utilizzata per trattare ferite, ulcere e stati febbrili. Trova impiego anche nelle malattie infiammatorie reumatiche. Sperimentalmente, gli estratti di Uncaria stimolano la produzione di IL-1 e IL-6, esercitando un'attività protettiva nei confronti dell'infiammazione. Le indicazioni sono rappresentate dalla patologia infiammatoria degenerativa e infettiva cronica.

LAVANDA O.E.

La lavanda è un arbusto ramoso alto fino a 50 cm, spontaneo nei luoghi aridi e sassosi della regione mediterranea. La droga è rappresentata dall'olio essenziale che è costituito da una miscela di sostanze di

tipo terpenico. Contiene inoltre una buona quantità di tannini (circa il 12%) e anche flavonoidi, derivati cumarinici e fitosteroli, e discrete quantità di acido rosmarinico. L'olio essenziale di Lavanda esercita un'attività sedativa e ansiolitica, per cui è utilizzata nel trattamento sintomatico degli stati ansiosi degli adulti e dei bambini e nei disturbi del sonno.

Bibliografia:

1. Fleming, Thomas R. et al., FDR for Herbal Medicines, Thomson Healthcare, 2007.
2. ESCOP Monographs. The Scientific Foundation of Herbal Medicinal Products: ESCOP, 2nd edition, 2003.
3. F. Capasse - Farmacognosia. Botanica, chimica e farmacologia delle piante medicinali. 2011
4. F. Capasse - Fitoterapia Impiego razionale delle droghe vegetali. 2006
5. POR for Herbal Medicines. Montvale, NJ: Thomson, 2007.
6. Sengupta K, Alluri KV, Satish AR, Mishra S, Golakoti T, Sarma KV, Dey D, Raychaudhuri SP. A double blind, randomized, placebo-controlled study of the efficacy and safety of 5-Loxin for treatment of osteoarthritis of the knee. *Arthritis Res Ther.* 2008; 10(4): R85.
7. Yu G, Xiang W, Zhang T, Zeng L, Yang K, Li J. Effectiveness of Boswellia and Boswellia extract for osteoarthritis patients: a systematic review and meta-analysis. *BMC Complement Med Ther.* 2020 Jul 17;20(1):225.
8. Ragab, E.A., Abd El-Wahab, M.F., Doghish, A.S. et al. The journey of boswellic acids from synthesis to pharmacological activities. *Naunyn-Schmiedeberg's Arch Pharmacol* 397,1477-1504 (2024).
9. Ejaz, A., Waliat, S., Afzaal, M., Saeed, F., Ahmad, A., Din, A., Ateeq, H., Asghar, A., Shah, Y. A., Rafi, A., & Khan, M. R. (2023). Biological activities, therapeutic potential, and pharmacological aspects of blackcurrants (*Ribes nigrum* L): A comprehensive review. *Food Science & Nutrition*, 11, 5799-5817.
10. Batiha, G.E.-S.; Magdy Beshbishy, A.; Wasef, L.; Elewa, Y.H.A.; Abd El-Hack, M.E.; Taha, A.E.; Al-Sagheer, A.A.; Devkota, H.P.; Tufarelli, V. *Uncaria tomentosa* (Willd. ex Schult.) DC.: A Review on Chemical Constituents and Biological Activities. *Appi. Sci.* 2020,10, 2668.
11. Lopez V, Nielsen B, Solas M, Ramirez MJ, Jàger AK. Exploring Pharmacological Mechanisms of Lavender (*Lavandula angustifolia*) Essential Oil on Central Nervous System Targets. *Front Pharmacol.* 2017;8:280. Published 2017 May 19. doi:10.3389/fphar.2017.00280

<https://www.erboristeriarcobaleno.it/inflammazione/>

