

ARTIGLIO DEL DIAVOLO

Una pianta dalle straordinarie proprietà antinfiammatorie, analgesiche e antiartritiche. È anche un ottimo disintossicante e ipotensivo dell'apparato cardiovascolare

di Silvia Moro

Storia e tradizione

Pianta dell'Africa Sud- occidentale e diffusa soprattutto nel deserto del Kalahari, nella Namibia, nel Botswana e nel Madagascar deve il suo curioso nome alla particolarità della sua forma. Il nome latino *Harpagophytum procumbens* sta a indicare le escrescenze che snodandosi dal frutto ovoidale sono riccamente uncinato. Questi robusti artigli spesso si attaccano alle zampe degli animali che possono rimanere imbrigliati e bloccati procurandosi importanti ferite se non addirittura la morte; e di conseguenza diventa facile capire l'origine del nome volgare. Amante dei suoli ricchi di ossido di ferro nelle savane semidesertiche, l'Artiglio del diavolo si presenta come una piccola piantina in superficie, mentre nel terreno nasconde la parte più interessante terapeuticamente e più estesa: dalla grossa radice centrale dipartono lunghe radici laterali con piccoli tubercoli che possono ricoprire grandi spazi alla ricerca di acqua. Nella medicina popolare da sempre si usa la radice per varie problematiche infiammatorie. Le popolazioni locali come i Bantu, i Khoikhoi e le tribù Boscimani lo utilizzano nelle infiammazioni articolari, uso confermato nella moderna fitoterapia, contro la febbre, nelle problematiche del parto, come analgesico e digestivo; viene applicato come lenitivo anche su piaghe e ulcere. L'*Harpagophytum* venne scoperto nei primi anni del '900 e solo negli anni '50 diventò oggetto di studi approfonditi. Ciò che desta la curiosità dei ricercatori di quel periodo è la presenza nella pianta di una sostanza molto interessante come antinfiammatorio, conosciuta fino a quel momento solo come componente animale. Infatti nel 1958 gli studi del professor Zorn dell'Istituto Friedrich-Schiller di Iena, dimostrano quanto l'Artiglio del diavolo sia ricco di iridoidi, quei principi attivi presenti in grande quantità nel veleno delle formiche *Iridomyrmex* da cui prendono il nome (1). Non a caso nella medicina omeopatica il veleno di formica e di ape si utilizzano proprio come antinfiammatori. Medicina popolare e tradizionale, dunque, si sovrappongono ancora una volta e attualmente gli studi confermano la grande capacità antinfiammatoria di questa pianta.

Costituenti principali

La sola ed unica parte, ricca di principi attivi, è quella delle radici secondarie ed è bene ricordare che l'adulterazione con le altre parti della pianta può compromettere l'efficacia del rimedio (2). I costituenti principali che caratterizzano l'*Harpagophytum procumbens* sono quindi gli iridoidi, i flavonoidi e gli acidi fenolici. Come ho detto la famiglia più importante è quella degli iridoidi e nello specifico la molecola dell'arpagoside che ne rappresenta l'80%. Sono stati fatti numerosi studi sull'efficacia di questi componenti e come spesso accade la forza della pianta sta proprio nel fitocomplesso e non nel singolo componente; quindi si è osservato che la somministrazione del solo arpagoside non ha la stessa efficacia dell'estratto fitoterapico complesso. L'attività principale degli iridoidi è quella di essere ottimi antinfiammatori, analgesici e antiartritici. Tra le sperimentazioni più interessanti fatte sull'uomo, quella sui pazienti artrosici ha dato buonissimi risultati: c'è stata una riduzione del dolore dal 42 all'85% a seconda della localizzazione dell'artrosi. Il beneficio maggiore lo hanno ottenuto le persone con artrite alla colonna vertebrale e alle articolazioni maggiori (3). Il dosaggio in questi studi andava dai 600 ai 1200 mg al giorno corrispondenti a 50-100 mg di arpagoside per periodi di 60 o 90 giorni. Se in un primo momento si è pensato che il meccanismo di queste sostanze fosse simile a quello degli antinfiammatori cosiddetti FANS si è poi dimostrato che non è così; si è osservato che l'uso di Artiglio del diavolo non modifica la quantità dei fattori dell'infiammazione in modo diretto e quindi non provoca gli stessi effetti collaterali dei farmaci sopracitati (4). Insieme alla Genziana è uno dei vegetali con più alto potere amaricante

dato, appunto, dagli iridoidi: l'indice di amaro è compreso tra 5.000 e 12.000. Questa peculiarità conferisce alla droga una qualità disintossicante, colagoga (aumenta la produzione di bile nella cistifellea) e coleretica (favorisce lo svuotamento della cistifellea). Da studi recenti, eseguiti da ricercatori italiani, pare che le sostanze attive dell'Artiglio del diavolo abbiano anche un'azione ipotensiva sull'apparato cardiovascolare, diminuendo il ritmo cardiaco (effetto cronotropo negativo) e aumentando la forza di contrazione (effetto inotropo positivo) (5).

Indicazioni

Appare chiaro, dopo tutte queste informazioni che il rimedio diventa utile soprattutto in quei soggetti dove si associano dolori artrosici, reumatici, cattiva digestione e ipertensione, quindi nelle persone anziane. È indicato nell'artrite reumatoide, nell'osteoartrite, nel dolore alla schiena, all'anca e alle ginocchia. È utile in caso di piccoli traumi sportivi. Per l'alto potere amaricante stimola i succhi gastrici e può aiutare in caso di cattiva digestione e nelle problematiche della colecisti. L'infuso ha dato buoni risultati anche nella enterite con diverticoli duodenali. La Commissione E lo consiglia anche in caso di inappetenza.

Cosa si trova in commercio

Spesso l'Artiglio del diavolo lo troviamo in composizioni con altre piante antinfiammatorie o antiartritiche come il Ribes nigrum e l'Arnica. Il composto più diffuso è comunque quello con glucosammina e condroitina, due sostanze presenti nel nostro corpo, nelle cartilagini e nella matrice che le circonda; in natura le troviamo nei crostacei e nella cartilagine di squalo. Le associazioni migliori, comunque, sono con il Partenio nell'artrosi o il Kiwi nelle malattie autoimmuni; per l'osteoporosi senile va bene con la Sequoia e il Pino mentre, per la gonartrosi associato alla Vitis vinifera e alla Rosa canina. Come tutti gli antinfiammatori è bene farlo ruotare, magari con la Spirea olmaria e l'Ortica, e non darlo in modo esclusivo. Dopo due o tre mesi comunque andrà sostituito con piante ed estrazioni più dolci come il Ribes MG o il Rovo MG. Se in altri casi bisogna fare molta attenzione al dosaggio del principio attivo riportato sulla confezione, nel caso dell'Harpagophytum direi che è fondamentale accertarsi che sia il più alto possibile. Infatti il grosso problema che sta alla base di una buona riuscita o meno della cura con questa pianta è proprio la quantità di arpagoside presente nella preparazione. Purtroppo anche se le più importanti sperimentazioni sono state eseguite utilizzando dai 50 ai 100 mg di arpagoside, in commercio nel nostro paese, non esistono prodotti con tale dosaggio. Dagli studi risulta che il minimo necessario per avere qualche effetto è di 30 mg. Nel mercato sono presenti tantissimi prodotti con dei dosaggi irrisori per poi andare su alcune ditte un po' più serie che comunque si trovano a far i conti con quantità minime. Cercando si possono trovare capsule che vanno dai 9 mg di arpagoside a 16 mg. È ovvio che il numero delle capsule da prendere comincia ad essere consistente per raggiungere le cifre degli studi clinici. Non si capisce il perché di queste norme che fissano una posologia di dubbia efficacia quando, oltretutto, viene dimostrata da studi tossicologici la grande tollerabilità della droga anche a dosi elevate e i pochissimi effetti collaterali.

Posologia

Estratto secco: titolato in arpagoside da un minimo di 1,5 % a un massimo di 8 %, se ne assume a seconda della percentuale da 500 mg a 1800 mg al dì.

Decotto: 4-6 g al dì, lasciando bollire in acqua per dieci minuti.

EF: 6 ml al dì in acqua in due somministrazioni.

Controindicazioni

Controindicato ovunque ci sia una ipersecrezione gastrica, ulcera gastrica o duodenale, reflusso gastroesofageo (6). Cautela in caso di calcoli alla cistifellea e in caso di depressione o disordini neurologici. Non va preso insieme ad altri analgesici potenti o insieme all'anticoagulante warfarina che può aumentare il suo effetto. È controindicato in gravidanza e nell'allattamento.

Note

1. Campanini E. dizionario di fitoterapia e piante medicinali. Tecniche Nuove, 1998
2. www.infoerbe.it
3. Lanhers M.C. Antiinflammatory and analgesic effect of an aqueous extract of Harpagophytum procumbens. Planta med. 1992
4. Capasso, Grandolini, Izzo. Fitoterapia. Impiego razionale delle droghe vegetali. Springer. 2006
5. Occhiuto, De Pasquale. Department of Pharmaco-Biological, University of Messina. Electrophysiological and haemodynamic effects of some active principles of Harpagophytum procumbens in the dog. Pharmacol Res. 1990
6. Monografie della Commissione E tedesca, Studio Edizioni 1997