

# MEDICINA ERBORISTICA

## Alla scoperta del mondo (economico e non solo) delle erboristerie

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) circa il 25% di tutti i farmaci utilizzati negli Stati Uniti è derivato dalle piante e ben 7000 prodotti elencati nelle moderne farmacopee sono di origine vegetale. Sempre secondo l'OMS, ben l'80% della popolazione mondiale al giorno d'oggi utilizza la tradizionale medicina erboristica per la cura delle malattie. Tale percentuale è giustificata non tanto dalla 'riscoperta' dell'erboristeria da parte del mondo civilizzato, quanto piuttosto dal fatto che la maggior parte della popolazione mondiale non ha possibilità di accesso alle medicine moderne. Nei paesi occidentali un tempo l'erboristeria era un'attività prevalentemente a carattere tradizionale; al giorno d'oggi, invece, è a tutti gli effetti una vera e propria scienza le cui conoscenze vengono acquisite attraverso corsi di laurea triennali specifici, in genere forniti dalle facoltà di Farmacia (denominati in genere 'Corso di Laurea in Scienze e Tecniche Erboristiche'). In aggiunta a questi corsi universitari è possibile frequentare anche corsi di perfezionamento, ad esempio su piante medicinali, fitoterapia, elementi fitoterapici della medicina tradizionale orientale e così via.

L'unico riferimento normativo nel panorama italiano, *Disciplina della coltivazione, raccolta e commercio delle piante officinali*, risale addirittura agli anni '30 dello scorso secolo (L. 6 gennaio 1931, n. 99). Da diversi anni, tuttavia, le associazioni di categoria ed i professionisti del settore sono impegnati in una vera e propria battaglia affinché si possa giungere al riconoscimento ufficiale di questa attività che, a tutti gli effetti, è una professione.

Attualmente i prodotti erboristici e fitoterapeutici vengono assimilati nella categoria degli integratori alimentari utilizzabili a scopo salutistico: in questa categoria sono comprese, in un apposito elenco, le piante che è possibile utilizzare. Gli integratori alimentari vengono definiti come "quei prodotti alimentari destinati a integrare la normale dieta, utilizzabili come fonte concentrata di sostanze a effetto nutritivo o fisiologico" tra cui rientrano, appunto, anche i preparati vegetali. In pratica, sono tutti quei prodotti che si possono acquistare liberamente e che devono riportare sull'etichetta la dizione 'integratore alimentare' e che è

possibile trovare sotto forma di capsule, compresse, tavolette, soluzioni alcoliche, polveri, etc. Per legge, a questi prodotti non è possibile attribuire alcuna proprietà terapeutico-medicinale, ma – come suggerisce in un recente documento il Consiglio d'Europa – la capacità di "mantenere, supportare, ottimizzare" l'omeostasi del nostro organismo, ovvero la sua intrinseca capacità di mantenere in equilibrio le proprie funzioni fisiologiche.

Esiste poi un'altra lista di piante, anch'essa regolamentata, che, per gli effetti farmacologici più pronunciati, può essere utilizzata per la preparazione di determinati prodotti vendibili esclusivamente in farmacia: questi possono essere preparati dal farmacista stesso, se previsto dalla farmacopea (preparazioni officinali), altrimenti è necessaria la prescrizione medica (preparazioni magistrali).

## I numeri

Alla data del 30 giugno 2011 le erboristerie in Italia erano 4329 (dati UnionCamere). Per quanto riguarda l'offerta, la categoria è dominata, almeno nel settore farmacia, dal leader di mercato, Aboca, con una quota del 22,4%, peraltro in crescita. Le altre aziende non superano il 6% di quota di mercato: fra le prime dieci troviamo Esi, Novartis, Planta Medica, Arkofarm, Specchiasol, Angelini, Bayer, Nathura e Solgar.

Per quanto riguarda le erboristerie, negli ultimi anni, a dichiarare una situazione di stabilità sono quelle di grandi dimensioni e quelle concentrate in prevalenza al Sud; il calo di vendite va invece a focalizzarsi nell'area del Nordest d'Italia e coincide con punti vendita di piccole dimensioni e con un solo addetto alla vendita.

A giocare un ruolo importante sull'aumento delle vendite degli ultimi 10-15 anni, invece, sono i cambiamenti intervenuti nella domanda del consumatore finale che è diventato 'fidelizzato' e sempre più sensibile all'aspetto 'naturale' e salutistico per ciò che riguarda la sua salute.

Gli integratori alimentari più richiesti, con una componente costituita da piante, sono quelli formulati per favorire le funzioni dell'apparato digerente e quelli per il controllo del peso.



C'è anche una certa differenza nella tipologia di prodotti venduti: le erbe sfuse ottengono buoni risultati di vendita specialmente nelle regioni meridionali, mentre al Nord l'acquirente tende a preferire il prodotto confezionato. La maggior parte delle erboristerie non fornisce altri servizi oltre la vendita, ad eccezione, nei punti vendita di medie dimensioni, della proposta di test sulle intolleranze alimentari (peraltro, in molti casi, discutibile dal punto di vista scientifico) o la consulenza del naturopata o di un nutrizionista.

Una ricerca abbastanza recente della Nielsen ha messo in evidenza come sia importante, nel determinare la vendita del prodotto, il consiglio dell'erborista che il cliente vede come un consulente della salute.

In farmacia, la categoria di integratori più venduta risulta quella dei fermenti lattici (vendite per 231 milioni di euro), seguiti dagli integratori per il controllo del peso (86 milioni di euro), dovuti in larga misura a nuovi lanci di prodotto; inoltre,

tra le categorie in crescita c'è anche quella degli antiossidanti. Una flessione sembra invece esserci per i multivitaminici, mentre in crescita progressiva risultano i calmanti e i favorenti il sonno.

Un ulteriore punto evidenziato nella ricerca riguarda il ruolo svolto dall'innovazione degli integratori, che riveste un ruolo chiave ai fini della crescita del mercato.

Il mercato degli integratori, fattura 1242 milioni di euro solo con le vendite in farmacia, canale privilegiato dove ogni anno si acquistano 92 milioni di confezioni, cui vanno aggiunti i 109,4 milioni di euro (per 19 milioni di unità) sviluppati dal secondo canale, la grande distribuzione organizzata.

Sommando anche i 6 milioni acquistati nelle parafarmacie e gli introiti delle erboristerie, l'intero indotto generato dal settore dei prodotti salutistici si attesta intorno a un miliardo e mezzo di euro.

#### Le motivazioni dei consumatori

Stando ai dati dell'OMS, il 25% delle patologie attualmente più diffuse è di tipo iatrogeno, ossia causato dall'abuso di farmaci. In questo contesto, il primo fondamentale vantaggio dei rimedi naturali sta nell'offrire un'alternativa, evitando in molti casi il ricorso ai medicinali.

È bene sottolineare, tuttavia, che 'naturale' non è sempre sinonimo di 'positivo' e di 'migliore', al punto che quando si desidera utilizzare una pianta con proprietà terapeutiche a scopo curativo è opportuno armarsi di una buona dose di prudenza e di cautela. Bisogna infatti sempre tenere presente che ogni pianta medicinale, a differenza dei farmaci di sintesi, contiene numerose sostanze, spesso addirittura alcune migliaia, e molti metodi tradizionalmente usati per renderle fruibili, quali infusi, decotti e polveri, non sempre garantiscono la composizione finale del prodotto in termini di concentrazione di principi attivi. Inoltre, molte erbe non sono mai state sottoposte a una vera e propria verifica scientifica delle loro supposte proprietà terapeutiche e continuano a essere utilizzate solo per tradizione, anche se a volte non hanno alcun reale potere curativo.

Il limite principale all'uso delle erbe riguarda però il contenuto in termini di principi attivi: non sempre, infatti, i prodotti erboristici sono corredati da una etichetta dettagliata, con indicazioni precise circa la quantità di principio attivo contenuta in ogni compressa o capsula, che è

cosa ben diversa dal dato, generalmente presente, relativo al peso di ciascuna pillola.

L'indicazione circa la percentuale di principio attivo presente nel prodotto erboristico viene definita 'standardizzazione', e pur non essendo ancora presente su tutte le confezioni immesse sul mercato, sta progressivamente diffondendosi, anche a seguito delle richieste degli stessi consumatori, ormai sempre più preparati e attenti ai dettagli.

Oltre quattro italiani su dieci (46,1%) acquistano integratori alimentari per una generica ricerca del benessere psicofisico. Più o meno la stessa percentuale (42,8%) lo fa per specifiche esigenze di salute. Il consumatore tipo prevalente è una persona con un livello di istruzione medio-alto almeno in cinque casi su dieci, che vive soprattutto nelle Regioni del Nord-Ovest (43,6%) e del Sud (39,7%) e nella maggior parte è una casalinga (49,6%).

Dalla ricerca risulta che la metà degli intervistati si fa consigliare dal medico (51,7%), in particolare le donne. Ma sono ancora molti gli italiani che si affidano al 'fai da te'. Il 33% (38,7% uomini e 30,2% donne), infatti, dice di decidere da solo quali integratori assumere e in quali periodi, anche se

il 7,5% dice di rivolgersi sempre al proprio farmacista o al proprio erborista di fiducia (2,5%).

Il fattore fiducia, che orienta verso la farmacia o l'erboristeria, è determinante per il 14,8%, mentre la variabile costo, che spinge verso il supermercato, influenza il 17,8% che si regola sulla base della convenienza (cosa a cui sembrano particolarmente attenti gli uomini, con il 23,5%).

Ad allarmare, infine, è il consumo di prodotti acquistati su internet, privi delle verifiche e dei controlli imposti dal mercato italiano. Sono infatti oltre 6 milioni gli italiani che sul web vanno a caccia di informazioni su salute e benessere.

### Iacopo Bertini

*Segretario dell'Associazione Biologi Nutrizionisti Italiani*

#### *Errata corrige*

Nella parola chiave Telecardiologia integrata, pubblicata su Care 5, 2011, è stata erroneamente riportata l'affiliazione del dottor Pietro Manzi, che è attualmente direttore medico dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria Senese.

## ALIMENTI ED ERBE PER LA SALUTE E IL BENESSERE

### Guida ad un corretto utilizzo

di Iacopo Bertini, Michelangelo Giampietro,  
Andrea Lugli

Negli ultimi anni è notevolmente aumentato l'interesse per tutti quei prodotti che, a torto o a ragione, sono considerati "salutistici". In alcuni casi queste sostanze sono sopravvalutate, in altri sono invece poco conosciute e il loro uso dovrebbe essere maggiormente consigliato. Questa guida pratica si propone di chiarire l'effettivo ruolo di alcuni alimenti, erbe e prodotti naturali mettendone in evidenza le proprietà, le potenzialità e le eventuali controindicazioni, così da favorire un corretto utilizzo.

**Il Pensiero Scientifico Editore**  
**Numero verde 800-259620**

