

# BACOPA MONNIERI

## DALLA MEDICINA AYURVEDICA UN AIUTO PER I DEFICIT COGNITIVI

**L'**uso dei prodotti erboristici è in costante aumento e molte piante medicinali provengono dalla tradizione orientale, una di queste è la **Bacopa monnieri**, chiamata anche **Brahmi**.

La **Bacopa monnieri** appartiene alla famiglia delle **Scrophulariaceae** ed è una pianta rampicante annuale che si trova in zone umide e paludose dell'India, le parti usate tradizionalmente per scopi medicinali sono le foglie e il gambo della pianta. Oltre alle proprietà cognitive, è stato riportato che **Bacopa monnieri** possiede attività anti-ulcerogeniche, antiossidanti, adattogene, anti-ansia, anti-depressive ed epatoprotettive.

Contiene diverse sostanze attive, tra cui alcaloidi (nicotina e herpestina), flavonoidi (luteolina e apigenina) e saponine (bacoside A3, bacopaside I, bacopaside II, bacopa saponina C). Le saponine triterpeniche e i bacosidi sono i responsabili della capacità della bacopa di migliorare la trasmissione degli impulsi nervosi. Infatti, le funzioni bilanciate di vari neurotrasmettitori



DI ERIKA LUPI,  
FARMACISTA

come l'acetilcolina (ACh), la serotonina (5-idrossitriptamina, 5-HT), la catecolamina, l'acido gamma-amminobutirrico (GABA) e il glutammato (Glu) sono stati tutti alterati dal trattamento con la bacopa. È stato riportato che la somministrazione di bacopa ha aumentato il livello di serotonina (5-HT) nell'ippocampo, nell'ipotalamo e nella corteccia cerebrale e ha anche modificato la concentrazione di acetilcolina (ACh) direttamente o indirettamente attraverso altri sistemi di neurotrasmettitori. Mentre l'esatto meccanismo di azione non è noto, vi è la prova che l'effetto finale sul sistema nervoso potrebbe essere attribuito ad una combinazione di modulazione colinergica e di effetti antiossidanti.

Le prove dimostrano che gli effetti di **Bacopa monnieri** sul sistema colinergico comprendono:

- modulazione del rilascio dell'acetilcolina;
- attività di acetilasi della colina;
- aggancio del recettore colinergico muscarinico.

Dagli studi effettuati sembra che l'azione della bacopa sia anche promuovere l'aumento della cresci-



ta e la proliferazione di dendriti (le estensioni delle cellule nervose ramificate lungo le quali gli impulsi neurali viaggiano) con conseguente miglioramento del segnale neuronale. A questa migliore trasmissione di impulsi neurali si deve il miglioramento cognitivo. Poiché l'ippocampo è coinvolto integralmente in quasi tutte le attività cognitive si pensa che questo meccanismo sia la ragione del miglioramento sia sulla capacità di concentrazione, sia sulla memoria. L'attività di miglioramento della cognizione è attribuita alle saponine, bacoside A e bacoside B. Gli studi inoltre mostrano che il bacoside A, può impedire la disfunzione del ricevitore della dopamina, un potente neurotrasmettitore responsabile della sfera legata all'umore.

E' stato anche scoperto di recente che i bacosidi indurrebbero la produzione di una proteina detta heat-shock (Hsp 70) ma anche quella degli enzimi CYP 450 in tutte le regioni del cervello (un elevato livello di proteina heat-shock Hsp70 si verifica nel cervel-

lo in risposta a stress e situazioni di sforzo). Bacopa monnieri ha anche effetti calmanti caratteristici attraverso diverse azioni. Uno dei suoi più importanti effetti anti-ansia risiede nella sua capacità di modulare l'attività di specifici recettori di neurotrasmettitori, compresi quelli che regolano l'assorbimento della serotonina, che è fortemente associato con l'umore e la gestione dell'ansia. Uno dei principi attivi, l'herpestina, è un alcaloide che

ha dimostrato di avere un effetto rilassante, detto sedativo-like.

Sono stati attribuiti alla bacopa anche effetti anti-epilettici e attività anticonvulsivanti in medicina ayurvedica, ma soltanto a dosi elevate e somministrate per periodi prolungati di tempo.

Studi in vitro hanno dimostrato un'attività spasmolitica diretta sul muscolo liscio intestinale, attraverso l'inibizione dell'afflusso di calcio attraverso i canali delle membrane cellulari. Questa proprietà suggerisce che la bacopa possa essere di beneficio nelle circostanze caratterizzate da spasmo intestinale quale la sindrome di intestino irritabile (IBS).

Secondo uno studio pubblicato sulla rivista "Journal of Medicine Alternative e Complementary", volontari anziani che hanno assunto ogni giorno 300 milligrammi di Bacopa monnieri hanno dimostrato un miglioramento maggiore nelle aree di attenzione e di elaborazione delle informazioni verbali, rispetto a coloro che hanno assunto il placebo.

# REGISTRO DI ENTRATA E USCITA STUPEFACENTI BUONI ACQUISTO



Normative vigenti e massima semplicità in sole 50 pagine. L'invio del registro e del bollettario è gratuito per i soci che ne fanno richiesta a Utifar

## REGISTRI E BOLLETTARI UTIFAR

Per l'acquisto contattare la segreteria di Utifar al numero 0270608367

Per questo motivo, gli autori dello studio hanno concluso che un consumo regolare di bacopa è un'ottima protezione contro il deterioramento cognitivo legato all'età, così come le malattie mentali come il morbo di Alzheimer e la demenza. Potremmo definire questa droga un vero e proprio "memory booster". Le dosi quotidiane di Bacopa monnieri generalmente raccomandato nella pratica tradizionale sono 5-10 g di polvere non standardizzata, 8-16 ml di infusione e 30 ml giornalmente di sciroppo. Per gli estratti standardizzati al 20% in bacoside A e B, il dosaggio è di 200-400 mg al giorno in dosi divise per gli adulti, per i bambini 100-200 mg al giorno in dosi divise. Sempre secondo lo studio, lo sciroppo di Brahmi (giornalmente 30 ml in due dosi divise, equivalente a 12 g di estratto secco di Bacopa) ha provocato una diminuzione significativa nell'ansia, affaticamento mentale e un aumento della capacità

Quanto ai possibili effetti secondari, questi includono i disordini della tiroide, problemi del tratto urinario, blocco del tratto gastrointestinale, effetti negativi sulle ulcere e sulle condizioni polmonari e bradicardia. Inoltre sono ancora in fase di studio possibili interazioni con alcuni farmaci, come ad esempio sedativi, la clorpromazina, ormoni tiroidei, di cui aumenterebbe gli effetti.

### BIBLIOGRAFIA:

"The chronic effects of an extract of Bacopa monniera (Brahmi) on cognitive function in healthy human subjects", C. Stough · J. Lloyd · J. Clarke · L. A. Downey C. W. Hutchison · T. Rodgers · P. J. Nathan

"Molecular and Functional Characterization of Bacopa monniera: A Retrospective Review", Koilmani Emmanuve IRajan, Jayakumar Preeth, and Hemant K.Singh

"Elucidation of Molecular Mechanism(s) of Cognition Enhancing Activity of Bacomind®: A Standardized Extract of Bacopa Monnieri" Shekhar Dethe, M Deepak, and Amit Agarwal

"A review on Bacopa monniera: Current research and future prospects" Kashmira J. Gohil, Jagruti A. Patel



# Diarrea?

## Contrastala rispettando l'intestino

# LenoDiar

### PEDIATRIC

Bustine granulari  
da sciogliere  
in acqua

Da 1 anno  
di età



**ADULTI**  
Capsule



100%  
naturale

senza  
glutine  
gluten  
free

Con **Actitan**  
complesso molecolare  
di tannini

L'antidiarroico specifico per la  
**FASE ACUTA della DIARREA di adulti e bambini** che:

- riduce le scariche diarroiche **senza bloccare la funzionalità dell'intestino**
- favorisce il ripristino della **funzionalità intestinale e l'equilibrio della flora batterica**

### ♦ **NOVITÀ** CAMPAGNA "DIARREA DEL VIAGGIATORE" DA GIUGNO 2018

- ♦ **Formazione** e materiali di **merchandising** per il punto vendita
- ♦ **In informazione medica su Pediatri**

**PER SCOPRIRE TUTTI I DETTAGLI**  
CONTATTA L'AGENTE DI ZONA O L'UFFICIO COMMERCIALE  
(frontoffice@aboca.it - 0575 746 316)

È UN DISPOSITIVO MEDICO  0477

Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso.

Aboca S.p.A. Società Agricola Loc. Aboca, 20 - 52037 Sansepolcro (AR)  
[www.aboca.com](http://www.aboca.com)

MATERIALE AD ESCLUSIVO USO PROFESSIONALE