

recensioni

a cura di Mariella Di Stefano

Le erbe amiche del paziente oncologico

Pubblicato qualche mese fa, il volume "Le erbe anti-cancro" fa il punto sulle piante medicinali utili nelle attività di sostegno ai pazienti oncologici. In 272 pagine vengono presentate le erbe che possono alleviare alcuni dei più comuni sintomi del malato di tumore, spesso effetti collaterali delle terapie antitumorali, mentre nella seconda parte sono descritte le piante medicinali più appropriate alle diverse tipologie di tumore.

L'ancoraggio fondamentale delle indicazioni contenute nel libro sta nella letteratura internazionale che, negli ultimi anni, sta fornendo strumenti preziosi per un impiego razionale e sicuro delle piante anche nella malattia neoplastica.

Gli autori mostrano come un uso consapevole e informato delle erbe possa aiutare a prevenire l'insorgenza del cancro, a potenziare le difese naturali dell'organismo e a migliorare la qualità della vita del malato illustrando, con un linguaggio semplice e chiaro, i risultati delle più recenti ricerche scientifiche sull'efficacia delle erbe nella terapia di alcuni tipi di tumore. Le erbe sono state suddivise in tre categorie fondamentali: utili, ossia quelle utilizzate dall'oncologo nei chemioterapici; in stand by, ossia in attesa di conferme e risultati dalla ricerca e inutili, con riferimento a quelle piante che non hanno alcuna prova di efficacia in questo ambito.

"Le erbe amiche - si legge nell'introduzione - possono servire per risolvere o per alleviare alcuni sintomi come la stanchezza o la depressione, o ancora la disappetenza e tanti altri disturbi, quando per esempio i farmaci non siano sufficienti o quando i medicinali prescritti non siano tollerati".

Si tratta dunque di un testo che può essere consultato in un'ottica di prevenzione, in particolare nei casi di alto rischio dovuto a familiarità, stili di vita poco sani o esposizione a sostanze tossiche; per risolvere o mitigare alcuni sintomi come stanchezza o dolore; per migliorare la risposta immunitaria dell'organismo contro il tumore. Rappresenta, infine, uno strumento per difendersi dalle bufale che circolano nel web e rivolgersi dunque solo a rimedi di provata efficacia. A tale scopo nel libro sono anche descritti i siti web affidabili dove trovare informazioni certe, anche sull'uso delle erbe medicinali in questo ambito.

Completa il volume un approfondimento sul tema delle interazioni farmacologiche, dove sono riportate schematicamente le principali avvertenze circa l'uso concomitante di farmaci e di erbe, in qualunque forma siano utilizzati, per essere sicuri che le erbe non interferiscano con la terapia farmacologica in corso.

Gli autori sono Fabio Firenzuoli, medico esperto di fitoterapia, fitovigilanza e interazioni tra erbe, alimenti e farmaci, responsabile del CERFIT

dell'Azienda Ospedaliero Universitaria di Careggi, Firenze, Francesco Epifani, matematico e docente di Economia e Organizzazione Sanitaria all'Università degli studi di Firenze, e Luigi Gori, medico esperto in fitoterapia.



Le erbe anti-cancro
Fabio Firenzuoli, Francesco Epifani,
Luigi Gori
Edizioni LSWR 2018.
Euro 19,90



Mirabilia, un viaggio tra botanica e arte

Con il termine 'Mirabilia' si intendevano le compensazioni alla banalità del quotidiano, un vero e proprio genere letterario che ha anticipato le guide turistiche moderne, in cui un viaggiatore trasportava metaforicamente i lettori in un mondo ricco di punti di fuga mentali. Con il volume "Mirabilia. La botanica nascosta nell'arte" Renato Bruni, professore associato di Botanica e Biologia Farmaceutica presso l'Università degli studi di Parma, pubblicato di recente da Codice Edizioni, si riannoda a questa tipologia di narrazione proponendo un percorso affascinante tra opere d'arte e aneddoti botanici, curiosi ma al tempo stesso scientificamente accurati.

Il libro racconta diciotto storie scientifiche di piante, sviluppate a partire da altrettante opere d'arte. La sua lettura equivale, per certi versi, a visitare una mostra, nella quale però la

guida, diversamente dal solito, apre una porta, uno squarcio illuminante e profondo, verso il mondo della botanica di cui Bruni è un esperto conoscitore.

Mirabilia spalanca dunque una finestra sul mondo delle piante che si svela nelle opere di Dürer, Degas, Hokusai, Rivera, Duchamp, Warhol, Froment, Banksy e molti altri. Approfondisce, distillando nella coinvolgente narrazione un'ampia cultura scientifica e generale, tematiche che vanno dall'ecologia all'archeobotanica, dal sapore dei pomodori fino alle vertical farms e alle frontiere della ricerca contemporanea.

Mirabilia. La botanica nascosta nell'arte
Renato Bruni
Codice Edizioni 2018
Euro 28,00