



# *Ministero della Salute*

DIPARTIMENTO SANITA' PUBBLICA VETERINARIA, SICUREZZA ALIMENTARE E ORGANI COLLEGIALI  
PER LA TUTELA DELLA SALUTE  
DIREZIONE GENERALE IGIENE E SICUREZZA DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE  
UFFICIO IV EX DGSAN

## **COMMISSIONE UNICA PER LA DIETETICA E LA NUTRIZIONE**

### **Uso di prodotti naturali come tisane ed integratori alimentari da parte dei gruppi più vulnerabili della popolazione come bambini e donne in gravidanza o durante l'allattamento**

I prodotti presentati come “naturali”, soprattutto di derivazione vegetale, stanno riscuotendo un crescente interesse presso il pubblico, con un consumo che coinvolge in modo significativo anche bambini nella prima infanzia e donne in gravidanza o durante l'allattamento.

E' bene precisare che i prodotti in questione, riconducibili ad alimenti a base vegetale come tisane o integratori, non hanno e non possono avere alcuna finalità di cura. Il loro ruolo può essere quello di favorire fisiologicamente le funzioni dell'organismo nell'intento di ottimizzarne il normale svolgimento. Funzioni alterate in senso patologico richiedono sempre il controllo e l'intervento del medico, con la prescrizione all'occorrenza dei presidi terapeutici più indicati nel caso specifico per il recupero delle condizioni di normalità.

Nell'approccio alla scelta dei prodotti “naturali” non si deve fare affidamento sul fatto che la derivazione naturale sia di per sé una garanzia di sicurezza e bisogna leggere attentamente quanto indicato in etichetta, dove possono essere riportate anche specifiche avvertenze in presenza di particolari estratti vegetali.

Va anche considerato che il consumo di un prodotto di derivazione vegetale come complemento della dieta, soprattutto se concomitante con l'assunzione di altri prodotti o farmaci, può innescare nell'organismo una serie di reazioni e interazioni metaboliche passibili anche di sfociare in effetti inattesi e indesiderati. Una evenienza del genere, a maggior ragione, si può verificare nelle fasce più vulnerabili della popolazione, come in particolare quella pediatrica e le donne in gravidanza o durante l'allattamento.

L'eventuale impiego di derivati vegetali ed integratori presso le fasce suddette, pertanto, non dovrebbe avvenire senza consultare il pediatra o il medico per valutare se a livello individuale ricorrono o meno le indicazioni per un uso entro adeguati margini di sicurezza che possa offrire plausibili benefici.

Per quanto riguarda integratori alimentari destinati all'uso nella prima infanzia, è già stata rappresentata alle imprese interessate l'esigenza di riportare in etichetta una avvertenza del tipo seguente: “ *Per l'uso del prodotto si consiglia di sentire il parere del medico.*”

Appare evidente che per un uso sicuro di infusi e tisane in soggetti nei primi tre anni di vita, che comunque non ricadono nel campo normativo degli alimenti per la prima infanzia, occorre seguire la stessa norma di comportamento rivolgendosi preventivamente al pediatra, anche al fine di evitare in questo caso interferenze negative con l'allattamento al seno.

Analogamente, è bene che la futura mamma e la mamma che allatta, prima di assumere prodotti naturali o integratori sotto forma di tisane, pastiglie, sciroppi o simili, chieda il parere del medico curante per accertare che la scelta sia in linea con le proprie esigenze e le proprie particolari condizioni.

In definitiva i prodotti naturali possono dare un contributo per mantenere e ottimizzare il benessere senza alcuna finalità di cura. Per un consumo da parte dei gruppi più vulnerabili della popolazione come in particolare quelli sopra indicati si raccomanda in ogni caso di sentire il parere del medico.