# Attenzione agli integratori, soprattutto se non sono ben conosciuti!

**Data** 17 aprile 2024
**Categoria** professione

Spesso si assumono integratori con troppa leggerezza, considerandoli prodotti innocui, che fanno bene alla salute. Cosi' spesso vengono scelti e assunti in completa autonomia.

In realtà vi è comunque il rischio di possibili effetti collaterali o pericolose interazioni con i farmaci che si assumono, soprattutto ad alti dosaggi.
"E' la dose che fa il veleno", dicevano in nostri maestri, ma anche a dosi ritenute normali, anche prodotti ritenuti tollerabili ma non ben conosciuti possono essere pericolosi. Addirittura, in certi casi, mortali!

La letteratura ha riportato un recente caso di decesso (avvenuto in Germania):
Un soggetto veniva trovato privo di vita in casa propria. Era stato un consumatore di stupefacenti (soprattutto cannabis) che poi aveva sostituito con l' assunzione in alte dosi di un recente integratore alimentare (il Kraton, estratto dall'albero tropicale Mitragyna speciosa e dalle sue foglie, originario del Sud-Est asiatico, contenente principi attivi mitraginina e doxilamina).
Si tratta di un prodotto ammesso in diverse nazioni, per cui il suo uso in Germania era pienamente legale. Non e' ammesso in Italia in quanto aggiunta alla lista delle sostanze controllate gia' nel 2016, ma e' possibile acquistarlo attraverso piattaforme Internet.

L' esame del capello eseguito post-mortem era risultato negativo per numerosi prodotti di abuso, solo nel sangue e nelle urine era stato rilevato il metabolita del prodotto incriminato.
La causa specifica del decesso e' stata attribuita ad una depressione respiratoria centrale con aspirazione finale, forse complicata da una crisi epilettica.

Il Kraton come integratore alimentare o come colorante naturale è venduto per un "effetto calmante" ed è liberamente acquistabile in Germania, dove può essere ordinato da chiunque su Internet e dove viene sempre più utilizzato per l'autoterapia contro il dolore e i problemi psicologici, rivestendo un ruolo di sostituto dei comuni stupefacenti, confidando che non ne abbiano gli effetti collaterali.
Ma negli USA (nazione notoriamente all' avanguardia nella scoperta e nell' uso delle varie sostanze psicoattive) sono gia' noti numerosi decessi correlati all' uso.

Morale della favola:
- non assumere prodotti che non si conoscono, puo' essere molto rischioso
- comperarli su Internet, specie su siti esteri che seguono regole diverse da quelle italiane, puo' essere ancora piu' rischioso. Non acquistate il Kraton, anche se Internet fa sembrare tutto facile
- in ogni caso, attenzione alle dosi: quasi tutti i prodotti che interferiscono con il metabolismo umano, anche quelli apparentemente innocui, finiscono per assumere, a dosi elevate, caratteristiche di pericolosita'.

Una semplice ricerca con i comuni motori di ricerca permette di scoprire una miriade di effetti collaterali di cui il comune utente non ha nessuna cognizione

DanieleZamperini

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 12/11/2026 alle ore 3:14 | Pagina 1 di 1