Il caffe', magari per via rettale…

Data 20 luglio 2025
Categoria professione

Abbiamo pubblicato in passato numerosi articoli sul caffe', sulla sua storia e sui benefici rilevati dalla scienza, ma ci siamo sempre soffermati sulla sua utilizzazione "classica" cioe' per via orale. Ora alcuni autori invitano ad utilizzare una via alternativa: quella rettale.

Abbiamo appreso come i clisteri di caffe' fossero caldamente raccomandati nella medicina classica, ben oltre all' epoca classica, con risultati mirabolanti.
Il Dott. Max Gerson, in particolare , raccomandava diversi clisteri di caffè giornalieri, con risultati positivi contro l'emicrania, la sclerosi multipla, l'artrite deformante, l'epilessia, le malattie della pelle, il morbo di Graves, i disturbi del fegato, della cistifellea, gastrointestinali e cardiovascolari, l'obesità, l'ipertensione e il cancro allo stadio terminale.
Mah!

I benefici del caffe'
Conosciamo tutti, piu' o meno, le indicazioni e i benefici dei clisteri in alcune situazioni cliniche. Ma quali sarebber i vantaggi del caffe' rettale?
Per riassumere in dettaglio gli effetti del caffe' (per qualunque via assunto) consiglio di leggere l' articolo riportato in bibliografia, tuttavia, per essere brevi:
la caffeina, alcaloide principale del caffè, ha effetti inotropi e cronotropi positivi sul cuore; assieme ai suoi "associati" teobromina e teofillina aumenta la pressione sistolica; provoca una lieve vasocostrizione cerebrale, rilassa la muscolatura liscia bronchiale, aumenta la secrezione acida gastrica e aumenta transitoriamente la diuresi.

Gli effetti riscontrati piu' recentemente si moltiplicano: puo' ridurre gli attacchi di gotta aumentando l'escrezione di acido urico, puo' mostrare una certa protezione del DNA contro il danno ossidativo; gli effetti sul diabete e sul metabolismo glicidico suno ancora dibattuti.

In dosi moderate e' stato associato (ma non sappiamo con quanta forza) a un rischio ridotto di carcinoma endometriale ed epatocellulare e, in misura minore, di melanoma, di altri tumori della pelle, di cancro al seno e di cancro alla prostata.

Un consumo di caffè basso o moderato è stato associato a un rischio di ictus inferiore dell'11-20% e a un rischio ridotto di demenza, che aumenta pero' drasticamente in caso di consumo elevato.

Il caffè orale aumenta la contrazione della cistifellea e i livelli plasmatici di colecistochinina e glutatione. L'assorbimento orale della caffeina è più efficiente di quello rettale, sebbene quest'ultimo sia leggermente più rapido.

Tutti noi poi conosciamo bene gli effetti sull' umore e sulle prestazioni cognitive. Sono pochi quelli che riescono, nel corso della giornata, a farne completamente a meno.

E la via rettale?
I clisteri possono migliorare il flusso biliare nel fegato e nella cistifellea, stimolare la peristalsi e favorire l'escrezione di sottoprodotti metabolici e lo svuotamento intestinale. Possono avere effetti disintossicanti, depurativi, antinfiammatori, antiossidanti, stimolanti del metabolismo e antidolorifici.
Questi composti attivi raggiungono direttamente il fegato attraverso la circolazione portale, evitando così l'irritazione della mucosa gastrica. Di conseguenza, anche i soggetti intolleranti al caffè possono usufruirne.

Gli effetti collaterali
Nessun trattamento (medico, chirurgico) puo' essere totalmente privo di effetti collaterali in quanto ogni trattamento va ad interferire con questa o quella funzione fisiologica. I clisteri di caffe' ne presentano diversi, seppure di solito di scarsa o moderata gravita'.
Ne enumeriamo qualcuno:
- Lesione o aggravamento della patologia emorroidaria
- Proctocolite soprattutto in caso di clisteri troppo caldi
- Alterazione del microbiota intestinale con disturbi di vario tipo
- Alterazione della funzione defecatoria per possibile indebolimento della muscolatura rettale/intestinale con tendenza alla stitichezza
- Possibili disturbi elettrolitici come ipopotassiemia, iponatriemia e disturbi correlati
- Intossicazione da acqua dovuta a trattamenti prolungati con fluidi non isotonici

I clisteri devono essere usati con cautela o evitati all'inizio della gravidanza nei casi di vomito, addome acuto, interventi chirurgici post-intestinali, emorragia gastrointestinale, malattia infiammatoria intestinale, ileo meccanico, immunosoppressione, sovraccarico di liquidi, insufficienza renale e gravi malattie cardiache.

Considerazionipersonali

Ma e' proprio necessario rinunciare all'abituale profumatissimo e gradevolissimo caffe' del mattino o all' abituale espresso di meta' giornata) per sostituirlo con un clistere che, magari con gli stessi componenti chimici, certo non ne uguaglia la gradevolezza.
Pero' questo e' solo un parere personale; l' importante e' sapere che anche questa via "alternativa" puo' essere utile per lasalute…

DanieleZamperini

Vedereanche:
- I medici si pronunciano sulle tendenze dei clisteri di caffè - Medscape - 29 maggio 2025.
- Il caffe' riduce la mortalita' e prolunga la vita http://www.scienzaeprofessione.it/public/nuke/modules.php?name=News&file=article&sid=874
- Storia, vizi, virtu' e scoperte della bevanda degli italiani: il caffe' http://www.scienzaeprofessione.it/public/nuke/modules.php?name=News&file=article&sid=259