

# ALKEKENGHI (Physalis)

SCHEDA TECNICA RISERVATA AGLI ADDETTI DEL SETTORE  
(Medici, Farmacisti, Erboristi diplomati, ecc.)

**Famiglia:** Solanaceae, Pianta erbacea perenne

**Parte utilizzata :** Frutti senza i loro calici, fusti, foglie

**Costituenti Principali:** amaro (fiscalina)  
pigmenti polienici e carotenoidi (cryptoxantina)  
vitamina C

**Attività principali:** diuretica, depurativa, antispasmodica

**IMPIEGO TERAPEUTICO :** Iperuricemia, gotta, litiasi renale e renella, forme reumatiche.

Le bacche dell'Alkekengi hanno un sapore accettabile e sono soprattutto ricche in vitamina C. Usata un tempo nella medicina popolare, oggi è caduta nel dimenticatoio, benché dimostri ancora essere un valido rimedio grazie alle sue proprietà terapeutiche.

L'Alkekengi è particolarmente indicato quale diuretico, antigotta, febbrifugo antireumatico, usato anche nelle calcolosi ed itterizia.

Particolarmente ricche in vitamina C, acidi organici, e sali minerali, questi rendono benefici effetti già dalle prime assunzioni.

La fermentazione in idromele, rende il prodotto biodisponibile e quindi di facile assimilazione, le sue proprietà antireumatiche, diuretiche, ed astringenti, fanno dell'Alkekengi un ottimo rimedio.

Ciò che rende questa pianta notevole è il suo frutto, una bacca rossa racchiusa completamente in un calice rosso-arancio tanto da sembrare una lanterna, i frutti maturano a settembre e assomigliano alle ciliegie. Si mangiano freschi, ma la dose massima è di 30 al giorno. Considerata pianta ornamentale, è coltivata nei giardini per la sua bellezza, conservata in inverno in vasi senza acqua questa pianta costituisce un bouquet di sicuro effetto.

Il frutto, dal sapore acidulo ma gradevole, è ricco in carotenoidi e vitamina C e possiede proprietà rinfrescanti, diuretiche, urico-eliminatrici e blandamente lassative. Secondo Leclerc

il frutto dell'alkekengi risulta assai utile agli ossalurici (Leclerc H., *op. di.*, p. 62). Per queste sue valenze conosce un uso, attualmente desueto, ma convalidato dal passato, nel trattamento delle forme reumatiche, della gotta e della litiasi renale.

## Tossicità ed effetti secondari:

La letteratura non segnala effetti secondari e tossici alle dosi terapeutiche, a meno che non vi sia una particolare sensibilità individuale. Come per tutte le piante ad azione diuretica, prestare attenzione alla contemporanea assunzione di farmaci diuretici (sommazione d'effetto).

## Curiosità:

I frutti di alkekengi fatti confettare nella cioccolata costituiscono una ghiottoneria assai ricercata.

Dioscoride ed Arnaldo da Villanova e Galeno consigliavano i frutti di alkekengi nella ritenzione d'urina, mentre nel XIX secolo venivano impiegati per il trattamento delle forme reumatiche, ed in particolare la gotta.

**Uso:** 1-2 cucchiaini in poca acqua tre volte al giorno prima dei pasti.

**Presentazione:** flacone da 250 ml.

*Il presente prodotto è costituito dal frutto dell'Alkekengi (Physalis). Esso contiene i principi attivi della pianta stessa, le cui proprietà terapeutiche sono state provate scientificamente come riconosciuto da diversa bibliografia scientifica; ciononostante a questo prodotto erboristico che è stato regolarmente notificato al Ministero della Salute in base alle leggi vigenti non possiamo attribuire alcuna efficacia terapeutica scientificamente provata. Tutte le indicazioni terapeutiche qui riportate, così come tramandato dalla tradizione popolare, o dalle note scientifiche, sono da intendersi riferite alla pianta fresca e non al prodotto.*

## Bibliografia:

Dizionario di Fitoterapia e Pianta medicinali – Enrica Campanili – (Tecniche nuove)

## GOTTA - Michael T. Murray Joseph E. Pizzorno jr (Trattato di medicina naturale)

### RIASSUNTO DIAGNOSTICO

- Insorgenza acuta, frequentemente notturna, di tipico dolore monoarticolare, coinvolgente l'articolazione metatarso-falangea dell'alluce nel 50% dei casi
- Elevati livelli di acido urico nel siero
- Periodi asintomatici tra gli attacchi acuti
- Dimostrazione di cristalli di urato nei liquidi articolari
- Depositi di sali di urato di sodio (tofi) principalmente dentro e attorno alle articolazioni delle estremità, ma anche nel sottocutaneo, ossa, cartilagine e altri tessuti

- Calcoli renali di acido urico
- Patologia familiare, nel 95% dei maschi

**CONSIDERAZIONI GENERALI:** La gotta è un comune tipo di artrite causata da un'aumentata concentrazione di acido urico (il prodotto finale del metabolismo delle purine), nei fluidi biologici. Nella gotta, i cristalli di acido urico (urato di sodio) si depositano a livello delle articolazioni, tendini, reni e altri tessuti, dove determinano infiammazioni e lesioni varie. La gotta è una condizione biochimica di aumento dei livelli d'acido urico sierico, di leucotrieni, e di accumulo di neutrofili. La gotta porta a uno stato di debilitazione a causa dei depositi di tofo attorno ad articolazioni e tendini e dell'insufficienza renale da danno del parenchima e ostruzione del tratto urinario.

La gotta è associata all'obesità e, sovente, è chiamata 'la malattia dei ricchi': l'immagine tipica del gottoso è quella di un uomo grasso, di media età, sprofondato in poltrona con una gamba alzata a riposo su un morbido cuscino, che consuma grandi quantità di carne e vino. In effetti, il ritratto tradizionale ha qualche fondo di verità, poiché la carne è un alimento ricco di purine, mentre l'alcol inibisce la secrezione renale di acido urico. Anche oggi la gotta è una malattia dell'uomo adulto; più del 95% dei pazienti sono uomini sopra i 30 anni. L'incidenza è stimata di tre casi/1000, nonostante il 10-20% della popolazione soffra di iperuricemia.

**Cause della gotta:** La gotta è classificata in due grandi categorie: primaria e secondaria. Il 90% dei casi di gotta è primaria, mentre solo il 10% è secondaria. La gotta primaria è generalmente idiopatica, per un difetto sconosciuto del metabolismo. Esistono alcuni difetti genetici in cui si conosce la causa di elevati livelli di acido urico.

Per gotta secondaria si intende un aumento dei livelli di acido urico legato ad altri disordini, come un'eccessiva lisi cellulare o alcune forme di patologia renale. La terapia diuretica per l'ipertensione e basse dosi di acido acetilsalicilico sono importanti cause di gotta secondaria poiché determinano una riduzione della escrezione di acido urico.

L'aumento dei livelli sierici di acido urico, nella forma idiopatica, è suddiviso in tre categorie secondo la patogenesi:

- Aumentata sintesi dell'acido urico, nella maggior parte dei soggetti
- Ridotta capacità di escrezione di acido urico, tipica di un 30% dei casi
- Iperproduzione di acido urico associata a una diminuita escrezione, in una minoranza di casi

**Segni e sintomi:** Il primo attacco di gotta è caratterizzato da intenso dolore, generalmente localizzato a una sola articolazione. In quasi la metà dei casi, la prima articolazione interessata è quella dell'alluce (in quasi il 90% dei casi di pazienti affetti da gotta). Se il processo prosegue, compaiono febbre e brividi. Il primo attacco è, in genere, notturno, ed è preceduto da un evento specifico quali: un eccesso alimentare, l'ingestione di alcol, un trauma, l'uso di farmaci o un evento chirurgico.

La tipica descrizione dell'attacco gottoso è di un medico inglese, Sydenham, che soffrì di gotta nel 1685. Poco è cambiato in trecento anni nell'immagine clinica della gotta:

La vittima va a letto e si addormenta in perfetto benessere. All'incirca alle 2 del mattino viene svegliato da un intenso dolore all'alluce, raramente al tallone, alla caviglia, al collo del piede. Il dolore è simile a quello di una distorsione e si ha la sensazione che sulla parte interessata sia stata versata dell'acqua fredda. Poi seguono senso di freddo, tremori e una febbre. Il dolore all'inizio è moderato, poi diventa più intenso. Con l'aumentare dell'intensità del dolore, aumentano anche il senso di freddo e la febbre. Dopo un po' sale all'altezza di ossa e legamenti del tarso e metatarso. Talora si avverte una violenta sensazione di stramento e di strappo ai legamenti, talora un dolore attanagliante, talora un senso di pressione e di tensione. Così intensa e viva è la sensazione della parte affetta, da non sopportare né il peso delle coperte del letto né le vibrazioni provocate da una persona che cammina nella stanza.

**Dieta povera di purine:** Una dieta povera di purine è stato il caposaldo della terapia dietetica per molti anni. Con l'avvento di potenti farmaci che riducono i livelli di acido urico, molti medici riducono i livelli degli urati sierici senza sottomettere il paziente agli inconvenienti associati a una dieta priva di purine. La dieta povera di purine è, comunque, raccomandata per ridurre lo stress metabolico. Occorre evitare cibi con elevati livelli di purine, quali carne, mitili, fermenti (nella birra e nel pane), aringhe, sardine, acciughe, sgombri. Ugualmente si dovrebbero ridurre cibi con bassi livelli di proteine, quali legumi secchi, spinaci, asparagi, pesci, pollame e funghi.

**Riduzione di peso:** L'obesità è associata ad un aumento della gotta. La riduzione del peso in soggetti obesi riduce i livelli sierici di acido urico e comporta l'utilizzo di cibi con elevate quantità di fibre, basso contenuto di grassi, dieta che inoltre permette di agire sugli elevati livelli di colesterolo e trigliceridi comunemente alti negli obesi. Deve essere anche una dieta alcalina, raccomandata nel trattamento dietetico della gotta, poiché un pH alcalino aumenta la solubilità dell'acido urico.

**Carboidrati, grassi e proteine:** Occorre ridurre al minimo l'uso di carboidrati raffinati e dei grassi saturi, poiché i primi aumentano la produzione di acido urico mentre i secondi ne aumentano la sua ritenzione.

L'assunzione di proteine non deve essere eccessiva (preferibili 0,8 g/kg di peso) poiché si è visto che la sintesi di acido urico viene accelerata da alte dosi di proteine sia in soggetti con gotta sia sani. Però è necessario un adeguato introito di proteine (0,8 g/kg di peso) poiché gli aminoacidi riducono il riassorbimento di acido urico a livello dei tubuli renali, come pure ne aumentano la sua escrezione e ne riducono i livelli sierici.

**Fluidi:** Bevendo molti liquidi si mantengono le urine diluite e si promuove l'escrezione dell'acido urico. Inoltre, la diluizione dell'urina riduce il rischio di calcoli renali. (Per un'informazione più completa vedi volume 1 - pag. 1277)

IL PUNTO SANO di Ravaglia Renato  
Piazza Cavour, 8/A - 10044 Pianezza (To)  
Tel/Fax 0119682592  
Email [info@ilpuntosano.it](mailto:info@ilpuntosano.it) [www.ilpuntosano.it](http://www.ilpuntosano.it)