

Z+ StarBene:

antidepressivo naturale e neuroprotettore



La depressione è considerata tra i disturbi psichiatrici più severi e i farmaci non sempre risolvono questo tipo di malattia. L'utilizzo dello zafferano può essere considerato una terapia alternativa per i disturbi mentali. Recentemente sono stati analizzati i lavori scientifici pubblicati dal 2005 al 2019 e sono stati esclusi tutti i dati ripetuti, quelli non riguardanti l'uomo e quelli che presentavano una potenza statistica non significativa. Dopo questi accorgimenti sono stati inseriti ed analizzati **1052 individui** di cui 563 trattati e 489 di controlli. I dosaggi di zafferano variavano da 22 a 1000 mg/giorno con durata da 4 a 12 settimane. I risultati evidenziano una **diminuzione significativa dell'ansia ed una migliorata qualità del sonno**. Diverse prove cliniche hanno inoltre riportato che lo zafferano ed alcune componenti in esso presenti mostrano proprietà simili ai farmaci anti-depressivi come fluoxetina, imipramina e citalopram ma con meno effetti collaterali e si ipotizza che l'effetto dello zafferano sulla salute mentale possa essere dovuto ad un'azione sinergica di componenti in esso presenti come crocina, safranale, picrocrocina e flavonoidi, che si suppone possano agire inibendo la ricaptazione (per esempio della serotonina all'interno della terminazione presinaptica) dei neurotrasmettitori monoaminici e favorendo quindi un miglioramento della patologia depressiva. È stato osservato in un altro lavoro che il trattamento di pazienti, con depressione e sintomi di ansietà, con 50 mg/due volte al giorno di zafferano per 12 settimane ha portato ad una significativa riduzione di ansia e depressione. Lo stress cronico e alti livelli di glucocorticoidi producono cambiamenti strutturali nell'ippocampo che è molto importante nelle funzioni cognitive come la memoria e l'apprendimento. L'Alzheimer è una malattia neurodegenerativa che parte lentamente per poi aggravarsi e pare fortemente associata allo stress ossidativo. Recente ricerche pubblicate dimostrato che lo zafferano ed il suo principale costituente la crocina proteggono dallo stress ossidativo con conseguente riduzione del declino cognitivo nell'Alzheimer. I meccanismi molecolari alla base di quanto sopra riportato sono la capacità di componenti presenti nello zafferano di inibire l'attività acetilcolinesterasi che è conosciuta distruggere l'acetilcolina e le ricerche dimostrano che non c'è sufficiente acetilcolina nel cervello dei malati di Alzheimer; inoltre lo zafferano ha una capacità anti-ossidante ed anti-infiammatoria e questo lascia ipotizzare che può essere, nella malattia dell'Alzheimer, un promettente prodotto per migliorare il livello cognitivo, attraverso la riduzione di disturbi dovuti allo stress. I composti presenti nello zafferano interagiscono positivamente con il microbiota intestinale, l'insieme dei microrganismi presenti nell'intestino umano, e questo pare che sia alla base degli effetti neurologici dello zafferano che agisce a livello dell'asse intestino-cervello. In una review, recentemente pubblicata, sono stati analizzati diversi lavori ed emerge che lo zafferano per le sue proprietà neuroprotettive, anti-infiammatorie, antiossidanti è un potenziale prodotto per trattare le patologie neurodegenerative associate a stress ossidativo, infiammazione, disfunzione mitocondriale come Alzheimer, Parkinson, sclerosi multipla e ischemia cerebrale. Anche se l'utilizzo di nutraceutici ed integratori nel campo cognitivo, non rappresenta al momento una pratica ben definita emergono, sulla base di risultati scientifici, sempre più evidenze a favore della somministrazione di sostanze naturali nella psichiatria e lo zafferano rappresenta un prodotto naturale di particolare interesse. Pertanto il prodotto **Z+ StarBene** a base di zafferano può favorire il normale tono dell'umore, ridurre lo stress e i processi infiammatori.

La relazione è stata redatta sintetizzando i principali lavori scientifici pubblicati a livello Internazionale.

VINCENZO LONGO

Dirigente di Ricerca/Research DirectorResponsabile
Sede Pisa Istituto di Biologia e Biotecnologia Agraria,
Consiglio Nazionale delle Ricerche Via Moruzzi 1, Pisa, Italy