

## Inositolo Capsule

**CODICE FEDERFARMA 910893344**



**Componenti:** Inositolo.

**Antiagglomeranti:** Magnesio Stearato Vegetale, Silice Colloidale. **Capsule** in Gelatina Alimentare. **Colorante** Titanio Biossido E171.

**Indicazioni:** La supplementazione di Inositolo può essere di aiuto da un punto di vista nutrizionale nell'ambito del sistema nervoso e muscolare.

**Confezione da 60 capsule da 610 mg.**

**Posologia consigliata : 2/4 capsule al giorno.**

**Prezzo di vendita : Euro 22.50**

**L'Inositolo, detto anche inosite, o vitamina B7, è uno dei rimedi più importanti nei processi di disintossicazione dell'organismo umano.** Stimola ed attiva i mitocondri (in pratica "i polmoni" della cellula) facilitando la loro respirazione ed attivando tutti i processi metabolici della cellula o dell'organo coinvolto. L'uso dell'Inositolo è quindi indispensabile per portare in equilibrio tutti i tessuti dell'organismo, con alta concentrazione di mitocondri: in pratica si tratta degli organi chiamati "nobili", cioè : cuore, cervello, sistema immunitario e fegato. E' anche molto valido per il muscolo che deve produrre energia con una corretta respirazione cellulare.

E' strettamente collegato con la colina e la biotina; è un composto organico largamente diffuso in natura, sia nelle piante sia negli animali; è contenuto in larga quantità nella frutta, nei cereali, in forma libera o sotto forma di derivati (fitina, liposterolo). La forma naturale è il meso-inositolo, annoverato tra le vitamine, in quanto è un fattore di crescita per alcuni microrganismi. Il mioinositolo è l'unico costituente attivo, dal punto di vista nutritivo, del fosfatidilinositolo.

E' uno zucchero, e ingerito come tale, per l'acidità dello stomaco si mette in equilibrio con altri zuccheri, trasformandosi e modificando quindi la sua azione; se usato per via orale deve essere introdotto nell'organismo con delle compresse gastroresistenti, che superino lo stomaco senza modifiche e si liberino poi nel duodeno dove l'inositolo viene assorbito come tale, senza modificarsi. E' attivo nelle membrane cellulari e nell'inviare messaggi che segnalano il controllo delle funzioni cellulari nel sistema nervoso; si rivela efficace per stimolare la produzione di lecitina nell'organismo. I grassi vengono spostati dal fegato alle cellule con l'aiuto della lecitina; l'inositolo, quindi, contribuisce al metabolismo dei grassi e aiuta a ridurre il tasso di colesterolo nel sangue. Combinato alla colina, impedisce l'indurimento dei grassi nelle arterie e protegge il fegato, i reni e il cuore.

Si è riscontrata la sua utilità anche nel nutrimento delle cellule cerebrali. Grandi quantità di inositolo si trovano nei nervi del midollo spinale, nel cervello e nel fluido cerebro-spinale. E' necessario per la crescita e la sopravvivenza delle cellule del midollo osseo, per le membrane oculari e per gli intestini. E' vitale per la crescita dei capelli e può prevenire il loro sfibramento e la calvizie. **Nota Importante:** Grandi quantità di caffè possono diminuire la scorta di inositolo presente nell'organismo.

**In una condizione di tipo tossico acuto** come ad esempio dopo una intossicazione alimentare, dopo un pesante trattamento antibiotico o cortisonico, a cavallo e dopo un ciclo di trattamento di chemioterapia antitumorale, si arriva a dosaggi variabili dai 3 ai 6 grammi/giorno. La durata del trattamento varia da 7 a 15 giorni.



In una condizione di **trattamento prolungato**, come ad esempio nel caso di una disfunzione cronica del fegato, od anche nel caso dell'acne o delle forme di cattiva digestione, come anche in caso di fenomeni di malassorbimento o di irregolarità intestinale, 2 grammi/giorno di inositolo possono essere sufficienti. La durata del trattamento a basso dosaggio può essere proseguito anche per mesi.

**Tre scienziati israeliani** hanno pubblicato i risultati di uno studio controllato, in doppio cieco sul **confronto tra l'uso di fluvoxamina** (un antidepressivo importante e molto utilizzato) **e inositolo** per trattare gli attacchi di panico (J Clin Psychopharmacol 2001 Jun;21(3):335-339). Dopo un mese di trattamento con dosi di inositolo per via orale fino a 18 grammi al giorno (tenendo presente che **la tossicità dell'inositolo è praticamente nulla**) confrontate con 150 mg al giorno di fluvoxamina, **le persone trattate con inositolo hanno avuto una riduzione di attacchi di panico maggiore di quelle trattate con il farmaco.**

Molto diversi invece gli effetti collaterali, e molto significativa la differenza statistica, per cui a fronte di una quasi totale assenza di effetti collaterali per l'inositolo, nausea e stanchezza sono stati molto elevati nelle persone trattate col farmaco.

La **fluvoxamina** (**Fevarin, Dumirox, Maveral**) è un inibitore selettivo della ricaptazione della **serotonina** (SSRI). È usata prevalentemente per il trattamento della **depressione (psicologia)** e dei **disturbi ossessivo-compulsivi** (OCD). **I principali effetti indesiderati della fluvoxamina sono** nausea, sonnolenza, insonnia, agitazione, nervosismo, vertigini, tremori, anoressia, dispepsia, stipsi, diarrea, xerostomia, sudorazione, palpitazioni, cefalea, astenia.

Uno studio pubblicato quale supplemento di PHARMANEWS, dell' ottobre 2006, titolato "**COSTI DELLE TERAPIE FARMACOLOGICHE**" "addendum 2006" dimostra che un mese di terapia con un farmaco a base di **fluvoxamina** al massimo dosaggio (dose/die di 300mg.) costa circa euro 57.00 (contro 18 euro per il dosaggio minimo, dose/die di 100mg.). Il costo mese di utilizzo del nostro **INOSITOLO ARCADIA**, considerando l'assunzione di 2 cps/die è di euro 22.50.

**Il Prof. Attilio SPECIANI**, Allergologo ed Immunologo Clinico, **ha dichiarato che l'inositolo aiuta il fegato nelle sue funzioni migliorando il metabolismo cellulare**; è una vitamina povera, spesso poco considerata dagli scienziati, ma efficacissima. Ottimo ingrediente atto a ripulire il fegato e disintossicare.

Secondo una meta-analisi, l'impiego dei farmaci antidepressivi nei pazienti pediatrici è associato ad un modesto aumento del rischio di suicidabilità. **Sono stati analizzati i dati di 24 studi clinici riguardanti 4582 pazienti.** Sedici studi clinici hanno preso in esame pazienti con disturbo depressivo maggiore, 4 studi il disturbo ossessivo-compulsivo, 2 il disturbo d'ansia generalizzata, 1 studio il disturbo di deficit d'attenzione ed iperattività e 1 studio il disturbo d'ansia sociale. I dati di 20 studi clinici sono stati inclusi nell'analisi del risk ratio ( rapporto dei rischi ). **I farmaci studiati comprendevano:** Fluoxetina (**Prozac**), Sertralina (**Zoloft**), Paroxetina (**Paxil, Seroxa**), Fluvoxamina (**Luvox, Fevarin**), Citalopram (**Seropram**), Bupropione (**Wellbutrin**), Venlafaxina (**Efexor/Effexor**), Nefazodone (**Serzone**), Mirtazapina (**Remenon**). La durata degli studi clinici variava tra 4 e 16 settimane. **Il risk ratio totale per gli inibitori selettivi della ricaptazione della serotonina ( SSRI ) negli studi che hanno coinvolto pazienti affetti da depressione è stato 1.66, mentre per tutti i farmaci e per tutte le indicazioni 1.95.** ( Xagena2006 )  
Fonte: Archives of General Psychiatry, 2006.

Studi di questo tipo erano stati già proposti negli anni passati (Curr Psychiatry Rep 1999 Dec;1(2):141-147), ma la verifica di oggi porta in discussione due punti focali:



- **Il disturbo da Attacco di Panico (DAP) probabilmente ha poco a che vedere con la funzione emotiva mentre ha una grande base di tipo biochimico** (tanto che spesso basta fare respirare una persona in un sacchetto, aumentando quindi l'anidride carbonica respirata, per provocarlo).
- **Molte funzioni per cui oggi usiamo farmaci ad effetto rilevante per la persona e per la società sono in realtà legate a fenomeni alimentari o a stati tossici.**

**Anche la salute mentale quindi passa attraverso i nostri comportamenti alimentari e il rapporto con l'ambiente;** al di là di qualsiasi considerazione sul tema, l'inositolo si presenta come una valida alternativa al trattamento farmacologico in soggetti che non desiderino assumere psicofarmaci.

L'INOSITOLO, inoltre, riveste una grande importanza sul metabolismo delle cellule del sistema nervoso ed è utilizzato per la sua **capacità di regolare l'ansia e predisporre ad un sonno ristoratore.**

**Effetto benefico dell' inositolo nei pazienti con psoriasi intrattabile che assumono Litio.**

Il Carbonato di Litio è il trattamento più ampiamente usato nel lungo periodo per i disturbi affettivi bipolari. Tuttavia, la sua capacità di far insorgere ed esacerbare la psoriasi rappresenta un problema nei pazienti per i quali il Litio è la sola opzione terapeutica. La deplezione dell'inositolo è alla base dell'azione del litio nei disturbi affettivi bipolari ed esistono buone ragioni per pensare che l'assunzione di supplementi di inositolo possano essere di giovamento in questi pazienti . **L'obiettivo di questo studio, condotto presso il Royal Infirmary di Edimburgo,** è stato quello di determinare se i supplementi di inositolo siano in grado di produrre miglioramenti della psoriasi nei pazienti trattati con Litio. Hanno preso parte allo studio 15 pazienti , affetti da psoriasi , che stavano assumendo Litio. I risultati hanno dimostrato che i supplementi di inositolo hanno avuto un significativo effetto benefico sulla psoriasi dei pazienti sottoposti a terapia con Litio. Lo stesso effetto benefico non è stato riscontrato sulla psoriasi dei pazienti che non assumevano Litio. Secondo i Ricercatori i pazienti con psoriasi intrattabile che hanno necessità di assumere Litio per i disturbi affettivi bipolari potrebbero trarre beneficio dall'assunzione di supplementi di inositolo.( Xagena2004 ) Allan S J et al, Br J Dermatol 2004; 150: 966-969

**NOTA IMPORTANTE:** Grandi quantità di caffè possono diminuire la scorta di inositolo presente nell'organismo. **La carenza di INOSITOLO può causare** stitichezza, eczema e anomalie degli occhi; contribuisce alla caduta dei capelli e ad un alto tasso di colesterolo nel sangue, che può manifestarsi con malattie cardiache e arteriose; può avere effetti negativi sul sistema nervoso dei diabetici che soffrono di neuropatie periferiche.

**Effetti benefici nelle malattie.**

**L'inositolo è benefico nel trattamento della stitichezza** perché ha un effetto stimolante sull'azione muscolare del canale alimentare. **È anche consigliato alle persone che soffrono di calvizie ed è essenziale per contribuire ad abbassare il livello di colesterolo nel sangue, ed è quindi un fattore di protezione nei confronti delle malattie cardiovascolari.**

**Aiuta ad eliminare i grassi dal fegato nei pazienti che devono essere operati di cancro allo stomaco. L'uso di inositolo abbinato alla colina ha un effetto positivo sulle neuropatie diabetiche periferiche.** La stessa combinazione è consigliata nell'alimentazione femminile. Una dose di 500 mg di inositolo e 1000 mg di colina aiuta nei casi di ipoglicemia. L'inositolo, la vitamina E e l'octacosanolo sono conosciuti per i loro effetti positivi sulla paralisi cerebrale quando non ci siano allergie. La trasmissione nervosa è migliorata dall'assunzione di vitamine del complesso B e inositolo.



**Il Dott. Carl Pfeiffer**, nel suo Brain Bio Center, ha studiato gli effetti dell'inositolo sulle onde cerebrali. I risultati hanno mostrato che **questa vitamina possiede un potere ansiolitico simile a quello del Librium**. Il dott. Pfeiffer ritiene che le persone che assumono Librium o Valium potrebbero interrompere il trattamento assumendo invece una dose adeguata di inositolo. Poiché l'inositolo ha un effetto simile a quello dei sedativi, non solo agisce come tranquillante senza nessun effetto collaterale, ma può essere efficace contro l'insonnia. Esso risolve casi di lieve ipertensione abbassando gradualmente la pressione del sangue. **L'inositolo è utile per la cura della schizofrenia, dell'ipoglicemia e per le persone con un alto tasso di rame e un basso tasso di zinco nel siero.**

**L'inositolo è sperimentato con successo nell'ovaio policistico (PCO) - la sostanza favorisce l'ovulazione e la successiva fecondazione.** La sindrome dell'ovaio policistico (o policistosi ovarica, PCO) è un disturbo complesso delle ovaie, gli organi dell'apparato riproduttivo femminile che producono gli ovociti maturi.

A indicare una nuova terapia per alcuni casi di infertilità femminile è una ricerca pubblicata nel 2008 sulla rivista scientifica *Fertility and Sterility* e presentata al congresso Eshre (European Society of Human Reproduction and Embryology) a Barcellona da un gruppo di ricercatori del dipartimento di ginecologia dellospedale San Raffaele di Milano, guidati dal professor Augusto Ferrari. La vitamina in questione è l'inositolo, e il Dott. Papaleo dichiara che la hanno testata in una prima sperimentazione su oltre 50 pazienti con ovaio micropolicistico, che non riuscivano ad avere figli e che sono rimaste incinte senza fare nessun'altra terapia.

**L'OVAIO POLICISTICO** – Sempre in questa ricerca si dichiara che l'ovaio micropolicistico è una delle cause più frequenti di sterilità perché provoca disturbi ovulatori (in sostanza la donna non menstrua). Dopo il primo test si iniziò ad usare l'inositolo in modo più sistematico anche su donne con ovaio micropolicistico che sono state sottoposte a fecondazione assistita. In questi casi la terapia standard è quella a base di gonadotropine, cioè ormoni che stimolano l'ovulazione. Ebbene i ricercatori hanno aggiunto l'inositolo come co-trattamento e abbiamo osservato una risposta e una qualità ovocitaria decisamente migliori.

**Stante questa ricerca** si spiega che le donne con ovaio micropolicistico spesso hanno anche una resistenza all'insulina legata a un difetto del recettore per l'insulina presente sulle cellule. Somministrando l'inositolo si aumenta la disponibilità del recettore. La vitamina, se vogliamo esprimerci in modo tecnico, agisce come secondo messaggero intracellulare e quindi le cellule vengono stimolate a ricominciare "a lavorare".

**Ricerche eseguite su animali** : Inositolo e colesterolo. Due gruppi di conigli sono stati alimentati con una capsula di colesterolo al dì. Un gruppo ha ricevuto solo colesterolo e una dieta regolamentare. L'altro ha ricevuto una capsula di inositolo in aggiunta al colesterolo. **Risultati.** Alla fine del periodo di alimentazione, il primo gruppo di conigli ha manifestato un aumento del 337% nel contenuto di colesterolo nel sangue. In quelli che avevano ricevuto l'inositolo tale aumento è stato solo del 181%. (Newsweek, 11 Settembre 1950, dott. Louis B. Potte, dott. William C. Felch e Stephan J. Ilka del St. Luke Hospital, New York; riportato in Rodale, *The Encyclopedia for Healthful Living*.)

**L'INOSITOLE può essere efficace nella cura delle seguenti malattie:**

<b>Organi</b>	<b>Malattie</b>
<b>Apparato intestinale</b>	<b>Stitichezza</b>
Capelli/cuoio capelluto	Calvizie
<b>Cervello/sistema nervoso</b>	<b>Ansia – Insonnia – Schizofrenia - Vertigini</b>
	Neuropatie diabetiche periferiche
	<b>Tensione nervosa - Trasmissione nervosa</b>
<b>Fegato</b>	<b>Cirrosi epatica - Ingrossamento del fegato</b>
Occhio	Glaucoma
Polmoni/Apparato respiratorio	Asma
<b>Sangue/apparato circolatorio</b>	Alto tasso di colesterolo - Arteriosclerosi
	<b>Arteriosclerosi - Ictus – Ipertensione lieve</b>
	Ipoglicemia - Malattie cardiovascolari
Stomaco	Cancro (terapia pre-operatoria) - Gastrite
Generale	Alimentazione femminile - Insonnia
	Sovrappeso e obesità - Paralisi cerebrale

*Non si intende far utilizzare le nozioni contenute in queste pagine per scopi diagnostici o prescrittivi.  
Per qualsiasi trattamento o diagnosi di malattia, rivolgetevi ad un medico di fiducia.*