



La salute gastrointestinale può essere migliorata in modo efficace? Risponde la clinica

Marzo 2025.2

Ad oggi, almeno un terzo dei pazienti che cerca un supporto per la salute gastrointestinale non trova un prodotto efficace che allevi il disagio e migliori la qualità di vita, che risulta compromessa.

Studi *in vitro* ed *ex vivo* hanno dimostrato in modo inequivocabile come l'estratto da foglie di *Perilla frutescens*, pianta edibile nativa dell'Asia conosciuta anche come Shiso o basilico giapponese, possieda effetti procinetici, antispasmodici e antinfiammatori.

Lo studio pilota randomizzato, controllato, in doppio cieco [Perilla Extract improves gastrointestinal discomfort in a randomized placebo controlled double blind human pilot study](#) dimostra gli effetti benefici di un estratto di Perilla sul discomfort gastrointestinale rispetto a un prodotto placebo.

Disegno dello studio

50 soggetti sani con disturbi gastrointestinali, età compresa tra 30 e 70 anni, sono stati prima osservati e monitorati per 2 settimane, durante le quali non hanno assunto alcunché per i loro disturbi; sono stati poi divisi randomicamente in due gruppi: il gruppo intervento ha assunto 150 mg di un estratto acquoso di perilla 2 volte/die per 4 settimane, mentre il gruppo controllo ha assunto un placebo secondo le stesse modalità. Attraverso questionari validati, è stata monitorata la sintomatologia gastrointestinale come gonfiore, passaggio di gas, senso di pienezza, discomfort addominale e brontolii.

Ai pazienti è stato chiesto di registrare, giornalmente, i vari parametri valutati attribuendo ad ognuno un punteggio da 0 a 5.

I diversi parametri sono stati poi considerati singolarmente e come punteggio totale.

Efficacia e sicurezza dell'estratto vs placebo

Al termine dello studio, nel gruppo intervento è stato osservato miglioramento significativo di tutti i parametri valutati, ovvero:

- gonfiore: -83%;
- eruttazioni: -67%;
- borborigmi: -71%;
- sensazione di pienezza: -67%;
- fastidio addominale: -71%.

Al contrario, nel gruppo placebo solo il disagio addominale è migliorato in modo statisticamente significativo. In più, nel gruppo intervento, i miglioramenti sono stati osservati già nelle prime due settimane e sono stati più consistenti e duraturi nel tempo.

I risultati dello studio aprono dunque alla possibilità che i pazienti possano trarre beneficio dall'utilizzo regolare di questo ingrediente, considerata anche l'alta tollerabilità dimostrata dallo studio.

Ancor più interessante potrebbe essere l'uso di estratti di *Perilla frutescens* che contengano tutti i principi attivi, sia delle frazioni idrofile che lipofile, allo scopo di sfruttare tutte le attività esercitate da ognuno di essi e ottenere così maggiori vantaggi clinici.

Zenzero 300 mg
Perilla 150 mg

2 cpr die
1 cpr 30 minuti prima di pranzo e cena

Dispepril®
Zenzero 300 mg/cpr
Perilla 150 mg/cpr
PharmExtracta...
30 compresse rivestite da 1,4 grammi
SENZA GLUTINE
SENZA LATTOSIO