

## PROGRAMMA

### **Introduzione ai principi generali delle piante adattogene**

- cenni storici
- etimologia
- pillole di etnomedicina
- curiosità
- definizioni

### **Lo stress**

- azione adattogena e stress
- primi studi
- definizioni
- modelli di studio
- stressors o fattori stressanti
- le 3 fasi dello stress
- fisiopatologia dello stress
- lo stress e l'azione degli adattogeni
- l'omeostasi

### ***Allegato 1- Stress-Related Neuropeptides and Addictive Behaviors: Beyond the Usual Suspects***

### **Azione adattogena e meccanismi di risposta allo stress**

- modello d'azione
- marcatori biochimici
- la reazione da stress
- i sistemi fisiologici coinvolti nello stress
- la risposta "combatti o fuggi"
- conseguenze dello stress
- gli adattogeni vegetali e lo stress
- caratteristiche dell'attività adattogena antistress

### ***Cosa sono gli adattogeni***

- Criteri attuali di definizione
- caratteristiche di un adattogeno secondo Brekhman
- la risposta fisiologica

### ***La pianta nel suo complesso: Fitocomplesso***

- Specie appartenenti alle droghe adattogene

### ***Gli adattogeni e la comunità scientifica***

- distinzione in classi degli adattogeni
- aree di ricerca
- adattogeni e stimolanti: quale differenza
- meccanismo d'azione
- Evidenze sperimentali
- azioni delle droghe adattogene: preventiva, psicosomatica
- effetti e vantaggi delle droghe adattogene

### ***Cenni di farmacologia e farmacodinamica delle droghe adattogene***

- test e criteri di attività

### ***Analisi di quattro droghe adattogene: il Ginseng, l'Eleuterococco, La Echinacea, La Rhodiola***

#### **Ginseng**

- caratteristiche botaniche generali
- composizione e principi attivi
- farmacocinetica
- farmacologia e meccanismo d'azione
- attività biologiche e impieghi clinici descritti in letteratura
- tollerabilità
- bibliografia

#### **Eleuterococco**

- caratteristiche botaniche generali
- composizione e principi attivi
- farmacocinetica
- farmacologia e meccanismo d'azione
- attività biologiche e impieghi clinici descritti in letteratura
- tollerabilità
- indice delle letture di approfondimento

bibliografia

**Echinacea**

caratteristiche botaniche generali  
differenze tra specie  
principi attivi  
proprietà terapeutiche  
attività biologiche  
note di fitoterapia  
interazioni farmacologiche  
bibliografia

**Rhodiola**

Caratteristiche botaniche generali  
composizione e principi attivi  
attività biologiche  
principali effetti terapeutici  
tossicologia  
bibliografia

***Precauzioni in terapia nell'uso dei fitoterapici***

esempi d'interazioni

***Allegato 2: FUGH-BERMAN\_LANCET2000.pdf***