



Boswellia serrata

La *Boswellia serrata* appartiene alla famiglia delle Burseraceae, piante arboree dotate di canali resiniferi dai quali trasuda, un succo resinoso bianco e lattiginoso.



Boswellia serrata

La *Boswellia serrata* appartiene alla famiglia delle Burseraceae, piante arboree dotate di canali resiniferi dai quali trasuda, lungo incisioni che l'uomo apporta al tronco di alcune specie, un succo resinoso bianco e lattiginoso che solidificandosi lentamente all'aria, forma dei granuli che costituiscono l'Incenso, o Olibano, nome derivato probabilmente dall'arabo "al-lubàn", che significa bianco.



Fin dall'antichità è noto l'uso di queste resine aromatiche, per scopi curativi, per fumigazioni disinfettanti dell'ambiente, o per culti rituali pagani, finché col tempo esse divennero il simbolo dell'offerta in tutte le forme cerimoniali di culto religioso, come ancora oggi avviene nelle religioni cristiana e greco-ortodossa.

Originaria dell'India e del Pakistan, la *Boswellia serrata* è un albero di medie dimensioni che solitamente non supera i 4-6 metri di altezza, con una chioma ampia e un grosso tronco molto ramificato, dalla corteccia color cenere che si sfalda in sottili scaglie dall'aspetto cartaceo.

Le grandi foglie composte sono caduche: l'albero va in "estivazione" perdendo le foglie e sospendendo le funzioni vitali nel periodo più caldo.

I fiori, color bianco crema, profumati, sono riuniti in infiorescenze a grappolo dette racemi. Il frutto è una piccola drupa trìgona contenente tre semi cuoriformi.

La droga, cioè la parte di pianta contenente i principi attivi, è costituita dalla oleo-gommo-resina che si ottiene dall'incisione della corteccia; l'incisione non danneggia l'albero e l'essudato del tronco, a contatto con l'aria, indurisce lentamente formando delle perle, dette lacrime, che conservano il colore bianco crema e la trasparenza alabastrina tipica delle resine.

Ciascuna pianta può produrre fino ad 1 kg di resina all'anno, e può essere sfruttata per non più di 6-7 anni consecutivi. La frazione gommosa dell'essudato è costituita da polisaccardi solubili in acqua, quella resinosa è composta da una miscela di acidi boswellici, quella oleosa è costituita da oli essenziali.

Proprietà e Indicazioni:

Attualmente, la *Boswellia serrata* è utilizzata nella fitoterapia per le sue riconosciute proprietà espettoranti, broncodilatatorie, diaforetiche, ma soprattutto antinfiammatorie e antidolorifiche per i disturbi muscolo-scheletrici, come adiuvante per lenire le infiammazione osteoarticolari.

L'attività medicinale più importante riconosciuta è quella antinfiammatoria, attribuita agli acidi boswellici, che si ipotizza abbiano la capacità di inibire la biosintesi di alcune molecole enzimatiche, responsabili dell'instaurarsi di alcuni processi infiammatori e della distruzione del collagene; di conseguenza la *Boswellia serrata* permette di ottenere una riduzione dell'infiammazione e di evitare il deterioramento delle strutture articolari.

L'azione antinfiammatoria non risulta gastrolesiva, poiché la *Boswellia serrata* non interferisce con la produzione delle prostaglandine, come fanno gli antinfiammatori di sintesi (FANS), che inibiscono sia l'azione pro-infiammatoria esercitata dalle prostaglandine, sia quella protettiva che le stesse prostaglandine esercitano sulla mucosa gastrica.

L'utilizzo dell'estratto totale della pianta, cioè il fitocomplesso, si è dimostrato più efficace dei singoli principi attivi isolati, come avviene solitamente in fitoterapia, e il suo uso non ha mostrato, alle dosi raccomandate, effetti negativi, nemmeno per le somministrazioni prolungate che sono spesso necessarie nelle patologie infiammatorie croniche.

Il suo utilizzo è consigliato quindi come coadiuvante in caso di problemi degenerativi delle articolazioni, ridotte capacità motorie mattutine, dolori muscolari, reumatismi, artrosi, infiammazione dei tessuti molli come tendiniti, miositi, fibromialgia, nella gotta, e in particolare nell'artrite reumatoide, sia per uso interno, che come ingrediente di pomate e unguenti da spalmare sulle articolazioni doloranti.

La Boswellia serrata trova inoltre indicazione in alcuni disturbi dell'apparato respiratorio, e come coadiuvante nelle malattie infiammatorie dell'intestino.

In fitocosmesi, la Boswellia serrata risulta benefica per la pelle impura e seborroica, e per lenire gli arrossamenti delle pelli particolarmente sensibili.

[Informazioni di riferimento e Bibliografia](#)

www.natursit.com - All rights reserved - Italy - P. IVA 01923300030 - R.E.A. VB - 191489
Top Clean Italia di Orlando Domenico - Via Cavour, 4 - 28865 Crevoladossola (VB) Tel. + 39 347
4914137