

## Cosmeceutici e nutraceutici: nuove parole in farmacia

Cosmeceutico e nutraceutico sono termini entrati di recente nell'uso comune. Spesso riferiti anche a prodotti venduti in farmacia, identificano realmente nuove categorie di prodotti o sono solo termini coniati dal marketing? Per poter rispondere a questo quesito è necessario precisare cosa si intende "ufficialmente" per cosmetico e per integratore alimentare. Può capitare di leggere, in Internet o sulla stampa, che il retinolo (una forma particolare della vitamina A) o l'escina (una sostanza estratta dall'ippocastano) o, ancora, la caffeina trasformano un *cosmetico* che le contiene in un *cosmeceutico* per il solo fatto di essere presenti anche in molti prodotti medicinali.

### I Cosmeceutici

La denominazione **cosmeceutico** è formata da due parole "**cosmetico**" e "**farmaceutico**". Per questi prodotti sono state coniate numerose definizioni. Secondo quella più frequentemente utilizzate, si tratterebbe di sostanze che si presentano con una forma farmaceutica-cosmetica (crema, lozione, emulsione) e che, utilizzate per applicazioni locali sulla cute come un tradizionale cosmetico, hanno un'azione farmaco-simile. In base a ciò che dice la legge, pertanto, un prodotto di questo tipo non dovrebbe esistere perché se è cosmetico non può nel contempo avere anche le azioni di un farmaco.

**Cosmetico** è, secondo la legge vigente, un prodotto o una sostanza non medicinale, destinata ad essere applicata sulle superfici esterne del corpo umano (pelle, peli e capelli, unghie, labbra, organi genitali esterni), oppure sui denti e sulle mucose della bocca allo scopo, esclusivo o prevalente, di pulire, profumare, modificare l'aspetto, correggere gli odori corporei, proteggere e preservare il buono stato di salute. I prodotti cosmetici non hanno finalità terapeutiche né possono vantare attività terapeutiche.

Altre definizioni mitigano questa similitudine al farmaco o addirittura la negano. Così, di volta in volta il cosmeceutico può venir definito:

- un tipo di prodotto cosmetico che, per la sua composizione, non è classificabile come farmaco pur essendo a base di principi fortemente attivi in grado di penetrare la parte superficiale dell'epidermide
- un prodotto che rappresenta la massima evoluzione del cosmetico, che si può utilizzare nel pieno rispetto della pelle, senza arrecare alcun tipo di problema. Rimane comunque distante da quello che è il farmaco, insostituibile nella sua funzione terapeutica.
- un prodotto che designa le creme superattive che agiscono in profondità.

Come si vede non esiste una definizione certa del termine cosmeceutico e, di conseguenza, non è possibile individuare una lista certa di ingredienti che possono conferire lo status di cosmeceutico. Inoltre, in assenza di una precisa regolamentazione, non deve essere sottovalutato il rischio che l'industria possa sfruttare questa strada per commercializzare prodotti "cosmetici" contenenti sostanze con azioni farmacologiche ben precise aggirando procedure di registrazione (da parte del Ministero della Salute), prescrizione (da parte del medico/farmacista) e distribuzione (in farmacia e/o altri canali autorizzati), che sono previste invece per i farmaci, abbassando quindi il livello di sicurezza per i consumatori.

Orientarsi in questi concetti è tutt'altro che semplice. Dopo aver letto i messaggi informativi e/o promozionali redatti dalla Case produttrici, anche nella scelta di un prodotto cosmetico è bene affidarsi a persone esperte senza farsi suggestionare dal fatto che una determinata sostanza sia anche utilizzata come farmaco, oltre che come ingrediente di un preparato cosmetico: l'ambiguità è spesso voluta per indurre nel consumatore la convinzione che un prodotto cosmeceutico sia in un certo senso "più attivo" o "più efficace" di un normale prodotto cosmetico. Occorre sempre tener presente che:

E' auspicabile che un po' di chiarezza possa venire dall'applicazione di un regolamento comunitario, che entrerà in vigore nel giugno 2009 ma che troverà piena applicazione solo nel 2013. Secondo quanto prevede questo regolamento, nell'etichetta e nella pubblicità dei prodotti cosmetici non vanno impiegati diciture, denominazioni, marchi, immagini o altri segni, figurativi o meno, che attribuiscono ai prodotti stessi caratteristiche o funzioni che non possiedono.

Ricorda:

- né un cosmetico, né un "cosmeceutico" possono curare una malattia della pelle, degli annessi cutanei (es. capelli, unghie) né delle mucose sulle quali vengono applicati;
- alcuni problemi che vengono a volte vissuti come "malattie", in realtà sono dei semplici inestetismi (es. le "macchie brune" della pelle, la cosiddetta "cellulite", ecc.) che possono tutt'al più trovare qualche miglioramento in seguito all'impiego di cosmetici appositamente formulati ma non essere risolti;
- anche i cosmetici (compresi quelli che si autodefiniscono cosmeceutici) pur essendo caratterizzati da un elevato grado di sicurezza, possono provocare reazioni allergiche o irritative, anche se il prodotto è definito "ipoallergenico" da chi lo produce.

## I Nutraceutici

Anche il termine "*nutraceutico*", nato sul finire degli anni '80, deriva dalla fusione di due termini: "**nutriente**" e "**farmaceutico**". Neppure questo è presente nella legislazione italiana e il confronto va fatto in questo caso con la definizione data dalla legge degli *integratori alimentari*.

Gli **integratori alimentari** sono prodotti alimentari destinati ad integrare la comune dieta e che costituiscono una fonte concentrata di sostanze nutritive, quali le vitamine e i minerali, o di altre sostanze aventi un effetto nutritivo o fisiologico, in particolare ma non in via esclusiva aminoacidi, acidi grassi essenziali, fibre ed estratti di origine vegetale, sia monocomposti che pluricomposti, in forme predosate (es. capsule, pastiglie, compresse, pillole, ecc.).

Attualmente, termine **nutraceutico** definisce un prodotto contenente una o più sostanze normalmente presenti negli alimenti, ma rese disponibili in una forma farmaceutica (es. pillola) che le contiene in forma dosata, concentrata e purificata. A titolo puramente esemplificativo, si possono trovare citate come "nutraceutici" sostanze quali oli di pesce (presenti normalmente nei pesci), l'acido folico (presente nelle verdure), il licopene (presente nei pomodori e altri frutti), la carnitina (più nota come levo-carnitina, presente nelle carni rosse), ecc.

Leggendo le due definizioni viene da chiedersi cosa abbiano di diverso i nutraceutici rispetto agli integratori alimentari, se non il semplice desiderio di chi li produce e di chi li prescrive di distinguerli con una diversa etichetta nella pletora di prodotti presenti sul mercato. Si tratta, infatti, di un mercato, quello degli integratori, molto redditizio e in forte espansione, nel quale è importante guadagnare visibilità. Gli integratori alimentari (siano o no etichettati come nutraceutici) non possono riportare in etichetta, nei fogli di presentazione e nella pubblicità diciture che attribuiscono loro proprietà terapeutiche o la capacità di prevenire o curare malattie. Anche in questo caso quindi, così come per i cosmeceutici, i concetti di "integratore alimentare" e "farmaco" vanno tenuti ben distinti. Formalmente, i produttori di integratori alimentari/nutraceutici rispettano gli obblighi di legge, non riportando in etichetta indicazioni terapeutiche per i loro prodotti, ma la promozione, attraverso altri canali di informazione quali la stampa cosiddetta "salutistica" o internet, è estremamente efficace nel creare vere e proprie mode nei comportamenti dei consumatori. Sicuramente i messaggi che colgono maggiormente nel segno sono quelli che presentano i nutraceutici come strumenti per combattere l'invecchiamento: un argomento che non manca di affascinare milioni di potenziali consumatori!

Un consumatore informato deve sapere che molte delle affermazioni fatte per questi prodotti spesso derivano da studi preliminari, basati solo su sperimentazioni in laboratorio, a volte utilizzando concentrazioni molto alte delle sostanze in studio, dosi che non possono trovare impiego nella pratica quotidiana. La necessità di utilizzare questi prodotti deve essere stabilita con l'aiuto del proprio medico, anche tenendo conto di fattori individuali (età, sesso, abitudini alimentari, stili di vita, ecc.) e delle condizioni generali di salute del proprio organismo.