

# IL CRANBERRY

Il principio attivo è costituito dai frutti di *Vaccinium macrocarpon* o Mirtillo di palude, conosciuto anche col nome di Mirtillo americano, poiché è un piccolo arbusto proprio di origine nordamericana. Il Cranberry è ampiamente coltivato negli U.S.A. a scopo alimentare, oltre che per le sue proprietà salutari. Questa pianta cresce bene nei terreni marginali e paludosi, prestandosi a colture su vaste aree di territorio, adatte ad una produzione intensiva.

## **Proprietà**

Il Mirtillo americano contiene significative quantità di antocianosidi, flavonoidi, acido citrico, malico, chinico ed ippurico, ed altre numerose sostanze che hanno proprietà antibatteriche che esplicano la loro azione soprattutto a livello dell'apparato urinario.

Studi recenti hanno dimostrato che il succo dei frutti di questa pianta ha la capacità di rendere antiadesiva la superficie delle mucose, ciò che inibisce l'adesione cellulare dei vari batteri patogeni responsabili delle infezioni urinarie, fra cui anche l'*Escherichia coli* (che è l'agente patogeno che è più spesso responsabile delle infezioni urinarie).

Tale azione antiaderente, favorendo la fisiologica eliminazione delle popolazioni batteriche anomale, può contribuire a contrastare la colonizzazione dell'intestino e della vescica da parte di questi agenti potenzialmente patogeni.

Particolarmente interessante nel contrastare le infezioni urinarie recidivanti è la proprietà del succo di abbassare i valori del pH urinario, rendendo quindi più acide le urine, il che contribuisce a combattere le infezioni stesse.

## **Indicazioni**

L'uso del Mirtillo di palude è indicato per i disturbi acuti e cronici delle vie urinarie, come le cistiti, spesso accompagnate da disbiosi intestinali che diventano vere e proprie sorgenti autogene di infezioni urinarie, specialmente nella donna, per via delle caratteristiche anatomiche dell'apparato urinario femminile, ma che sono ormai comuni anche nell'uomo, attraverso il coinvolgimento prostatico.

E' raccomandato quindi ai soggetti che presentano ricorrenti infezioni alle vie urinarie, come cistiti e prostatiti, sia occasionali che recidivanti o croniche.