



Equisetum Arvense L.

Nome comune: Equiseto

Famiglia: *Equisetaceae*

Parte utilizzata: cauli

COSTITUENTI PRINCIPALI

- Sostanze minerali: 5-8% acido silicico, Sali di potassio
- saponosidi
- Flavonoidi, steroli
- Acido ascorbico e acidi fenoli
- Alcaloidi tracce (nicotina)

ATTIVITA' PRINCIPALE

Azione diuretica emopoietica emostatica

Azione rimineralizzante

Azione astringente

IMPIEGO TERAPEUTICO

Anemie secondarie

Fratture, osteoporosi, forme reumatiche

Unghie e capelli deboli

Durante l'accrescimento

Arteriosclerosi

EFFETTI SECONDARI

Non segnalati

POSOLOGIA

Equisetum arvense T.M.: 30/50 gocce 3 volte al dì

PROPRIETA'

L'Equiseto vanta soprattutto un'azione rimineralizzante legata al fatto che le sue radici assorbono dal terreno sali alcalini di acido silicico che danno luogo alla formazione di due tipi di silicio, solubile e insolubile. Il meccanismo alla base dell'azione rimineralizzante sembrerebbe essere legato al fatto che il silicio, tramite probabili riarrangiamenti di sito degli elettroni, possa facilitare la formazione di carbonato di calcio. Il silicio quindi facilita la ricalcificazione, accelerandone i tempi. Per queste sue peculiarità ne viene consigliato l'impiego sia in gravidanza che nella menopausa e nell'osteoporosi.