

# Effetti del mirtillo americano (cranberry) nella prevenzione della cistite in gravidanza

Uno studio clinico ha valutato l'effetto del succo di mirtillo americano (cranberry) sulle infezioni sia sintomatiche sia non sintomatiche in 188 donne in gravidanza.

Esse erano divise in tre gruppi.

Il primo assumeva succo di cranberry due volte al giorno, il secondo succo di cranberry al mattino e placebo al pomeriggio e il terzo solo placebo per 6 mesi.

In questo periodo sono stati registrati 27 episodi infettivi urinari, dei quali 6 si verificavano nel gruppo 1, 10 nel gruppo 2 e 11 nel gruppo 3.

Nel gruppo 1 vi era una riduzione del 57% nell'incidenza delle infezioni urinarie asintomatiche e del 41% di quelle sintomatiche. Il 38,8% dei soggetti ha dichiarato di aver avuto lievi disturbi gastrointestinali di vario tipo durante il trattamento.

Lo studio indica che il succo di cranberry può ostacolare l'insorgenza delle infezioni urinarie nella donna in gravidanza senza causare alcun tipo di tossicità.

Fonte: Wing D.A. et al. L'effetto del consumo giornaliero di succo di cranberry (mirtillo americano) nella prevenzione delle infezioni sintomatiche e non sintomatiche delle vie urinarie nella donna in gravidanza. J Urol. 180(4):1367-72, 2008.