Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Centro Tutela Consumatori Utenti

Via Dodiciville 2
39100 Bolzano
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Che cos'è veramente la propoli?

Lun 07/09/2020 - 09:51

Le api mellifere producono non solo miele, ma anche una sostanza resinosa chiamata propoli. La materia prima necessaria per produrre questa resina, viene raccolta dalle api attingendola da gemme o ferite di latifoglie. Inoltre, la propoli contiene cere, oli essenziali, pollini, minerali e sostanze vegetali secondarie bioattive (soprattutto flavonoidi) in diversa composizione.
La propoli ha proprietà antibatteriche, antivirali e fungicide, lenisce le infiammazioni e favorisce la guarigione delle ferite. Le api la impiegano per sigillare piccole aperture, crepe e fessure, nonché specificamente come antibiotico: ad esempio, rivestono l'interno delle celle di favo con un sottilissimo strato di propoli per uccidere o inibire i microrganismi introdotti nell'alveare.
Gli apicoltori ricavano la propoli sistemando nell'alveare una griglia a maglia fine. Le api sono infastidite dai microfori nella maglia e li stuccano, così in un secondo momento la griglia viene rimossa e la propoli può essere raccolta.
La propoli viene utilizzata nella produzione di tinture, unguenti, collutori, spray nasali, pastiglie da far sciogliere in bocca e integratori alimentari (ad esempio capsule). I prodotti ad uso esterno servirebbero ad alleviare lesioni, irritazioni e infiammazioni della pelle e delle mucose nonché i dolori reumatici.
"Usata internamente, come integratore alimentare, a quanto si dice sembra che la propoli rafforzi il sistema immunitario e prevenga le infiammazioni respiratorie", spiega Silke Raffeiner, nutrizionista presso il Centro Tutela Consumatori Utenti. Tali prodotti sono a volte pubblicizzati con affermazioni relative alla salute come "rafforza le difese immunitarie" o "contrasta la stanchezza". "Dal punto di vista legale, tuttavia, simili affermazioni a scopo pubblicitario non sono ammesse nell'Unione Europea, poiché i possibili effetti della propoli sulla salute dell'uomo non sono sufficientemente comprovati a livello scientifico", sottolinea l'esperta.
In alcune persone la propoli può causare una reazione allergica. Le persone allergiche alle punture di api o di vespe, così come le donne incinte e le donne che allattano, dovrebbero pertanto evitare prodotti contenenti propoli.