

Cos'è il carbone Vegetale?

Il carbone vegetale, detto anche **carbone attivo** o **carbone attivato**, è una polvere ottenuta



per lavorazione del legname e dei suoi cascami. Il legno - che può appartenere a specie differenti (di pioppo, [salice](#), betulla ecc.) o essere sostituito da segatura, gusci e noccioli di frutta - viene sottoposto ad una combustione senza fiamma (si riscalda ad elevate temperature - 500/600°C - in atmosfera povera di ossigeno). Il carbone così ottenuto viene quindi trattato per conferirgli la caratteristica porosità, che ne aumenta enormemente la superficie adsorbente rendendolo particolarmente utile nel settore medico - farmaceutico. Il risultato è una polvere, finissima, estremamente porosa, inodore e insapore.

Proprietà

Il carbone vegetale viene utilizzato come antitossico, grazie alla capacità di adsorbire e trattenere gran parte dei veleni formando un complesso che viene eliminato dal tubo digerente senza essere assorbito. La somministrazione di carbone vegetale, seguita da quella di un [purgante salino](#) per eliminare il complesso originatosi, rappresenta, per esempio, una classica strategia di intervento in caso di [avvelenamento da funghi](#). E' usato principalmente nel trattamento degli avvelenamenti orali acuti per la sua capacità di ridurre l'assorbimento sistemico delle sostanze ingerite. Non è un efficace antidoto nell'avvelenamento da sali di ferro, cianuri, malathion e alcuni solventi organici come il metanolo o glicole etilenico; è inefficace contro l'azione lesiva degli acidi corrosivi e degli alcoli caustici.

Il Carbone vegetale viene inoltre impiegato nella preparazione dietetica ad alcuni esami clinici ([ecografia](#) dell'addome superiore), per adsorbire i [gas intestinali](#) che ne impedirebbero la corretta interpretazione.

Le proprietà adsorbenti nei confronti di liquidi, idrogenioni e gas, rendono il carbone vegetale un supplemento particolarmente utilizzato in presenza di [aerofagia](#), [diarrea](#), [meteorismo](#) e [flatulenza](#), grazie anche al blando effetto disinfettante a livello intestinale. L'utilità clinica è comunque controversa perché non bisogna dimenticare la sua capacità di adsorbire non solo gas e liquidi in eccesso, ma anche farmaci (che non devono essere assunti nell'intervallo compreso fra 30 minuti prima e 2 ore dopo).

Indicazioni Tradizionali del Carbone Vegetale

- Problemi intestinali, dilatazioni addominali, [gas](#), digestione difficile
- [Alito cattivo](#)

- Aerofagie, meteorismo
- Dispepsie con fermentazioni gastriche e intestinali
- [Gastriti, iperacidità gastrica](#)
- Diarree, diarree putride, coliti
- Intossicazioni alimentari, da alcaloidi, fosforo e [arsenico](#)

Proprietà adsorbenti

Ricordiamo come il termine "adsorbire" significhi far aderire singole molecole ad una determinata superficie, mentre un mezzo assorbente, come può essere una spugna, si impregna di tali sostanze. Il carbone vegetale ha quindi la capacità di trattenere sulla sua superficie liquidi, gas, batteri, patogeni, tossine e virus presenti nel tratto gastrointestinale. Tali proprietà dipendono dall'elevata area superficiale dovuta alla presenza di un enorme numero di microscopici pori, che imprigionano le particelle (ioni e molecole) della sostanza con cui è a contatto.

- Oltre ad adsorbire direttamente i gas intestinali, il carbone vegetale trattiene anche parte dei batteri che li producono (blanda azione "disinfettante")

Inoltre, il carbone vegetale ha proprietà adsorbenti e non [carminative](#); quest'ultimo termine, infatti, è riservato a tutti quei prodotti che promuovono l'espulsione dei gas intestinali (ne sono esempio la [menta](#), che ha anche un prezioso effetto antispastico, il [finocchio](#), il [cumino](#) e l'anice).

Le proprietà del carbone vegetale vengono largamente sfruttate nel settore industriale (anche grazie alla sua capacità di rigenerarsi se trattato termicamente), grazie all'attività decolorante e depurante in genere; carboni attivi sono presenti, ad esempio, nei filtri per l'acqua o in quelli delle maschere anti-gas.

Effetti collaterali e controindicazioni

Il Carbone vegetale non viene assorbito dalle mucose gastrointestinali, né manifesta effetti tossici, né irrita l'intestino, ma non bisogna assumerlo in caso di lesioni del tubo digerente. A dosi troppo alte e usato troppo a lungo può provocare un effetto costipante. La comparsa di [feci nere](#) dopo l'assunzione di carbone vegetale non ha alcun significato patologico. Il carbone vegetale è comunque controindicato in presenza di [ostruzioni intestinali](#) o [appendicite](#).

il Carbone Vegetale può ridurre l'assorbimento di taluni farmaci se assunti contemporaneamente. Non va usato in concomitanza con altri antidoti somministrati per os, perché ne vanificherebbe l'efficacia; per le stesse ragioni non va associato neppure allo sciroppo emetico di [ipecacuana](#) o ad altri [emetici](#).

Associazioni, Modo d'uso ed esempi di formulazioni

Le dosi di assunzione normalmente consigliate come antifermentativo/antiputrido sono di circa 1/2 grammi al giorno (2-4 capsule da assumere lontano dai pasti). In caso di meteorismo, aerofagia e flatulenza, si è dimostrata efficace l'associazione di carbone vegetale con piante od estratti ad azione carminativa, come finocchio, cumino e coriandolo. Se utilizzato come antidoto, il carbone attivo va somministrato per os, dopo miscelazione con acqua. La dose media, pari a 50 g, si fa ingerire ogni 4 ore per tre volte, ciò è ritenuto utile soprattutto nelle intossicazioni acute, ma può essere molto utile anche alcune ore dopo l'ingestione del tossico, soprattutto nei casi in cui causa [gastroparesi](#) (esempio per un'attività antimuscarinica) o sia soggetto a un rilevante circolo entero - epatico come nel caso dei glucosidi cardiaci, [barbiturici](#), salicilati, teofillina.

Tratto da <http://www.my-personaltrainer.it/integratori/carbone-vegetale.html>