

Il litio (Li) ad alti dosaggi viene usato in terapia come trattamento delle sindromi maniaco-depressive.

Ai dosaggi abitualmente prescritti, tali da mantenere il suo livello ematico compreso tra 7 e 10 mcg/ml, il margine di sicurezza è piuttosto ridotto in quanto a livelli leggermente superiori il litio è tossico.

Se si escludono le ghiandole endocrine ed esocrine e alcune aree del cervello dove la sua concentrazione viene mantenuta a livelli quasi normali anche dopo deplezione, negli altri tessuti la sua concentrazione riflette il suo apporto alimentare normalmente corrispondente allo 0,1% delle dosi considerate terapeutiche.

Il mineralogramma sembra quindi essere attendibile per una valutazione dell'esposizione alimentare.

Accanto al ruolo di stabilizzazione dell'umore stanno emergendo altre funzioni attribuite al litio, sebbene siano richiesti a tale proposito studi conclusivi (funzione immunitaria, sulla decontrazione muscolare, regolazione dell'umore a bassi dosaggi in sindromi nevrotiche).

Ai dosaggi usati nella terapia con oligoelementi la somministrazione non presenta rischi di sovradosaggio e non presenta effetti collaterali accertati.

È diffuso negli alimenti (in particolare alghe, caffè e cacao).

La valutazione del suo livello nei capelli non risulta correlata con sicurezza ai dati clinici.