



a cura di Marco Angarano

COLPO D'OCCHIO SU ALCUNI LAVORI RECENTI PUBBLICATI DALLA LETTERATURA SCIENTIFICA INTERNAZIONALE: QUATTRO STUDI CLINICI RELATIVI A PIANTE MEDICINALI E DISTURBI ABBASTANZA COMUNI CHE INTERESSANO ANCHE I PIÙ PICCOLI E GLI ADOLESCENTI

La cefalea è una dei più comuni disturbi a colpire i bambini e gli adolescenti nei paesi industrializzati; i mal di testa ricorrenti spesso riducono considerevolmente la qualità della vita, con un impatto negativo sulla scuola e l'attività sociale. Il trattamento per le varie forme di cefalea infantile è stato oggetto di ampio dibattito negli ultimi anni: gli stessi farmaci usati a scopo preventivo negli adulti sono ampiamente prescritti ai bambini, ma a dosaggio ridotto. Le possibilità terapeutiche prive di effetti collaterali, che possono verificarsi con i trattamenti farmacologici, sono ancora carenti. Riguardo all'approccio non farmacologico, il magnesio è fino a ora il rimedio utilizzato con maggiore successo per il trattamento di emicrania nei giovani pazienti, in particolare per quelle di tipo tensivo.

Ricercatori italiani, attraverso uno studio clinico preliminare, hanno voluto investigare sull'attività del ginkgolide B, composto contenuto nelle foglie di *Ginkgo biloba* (Usai S, Grazzi L, Andrasik F, Bussone G. An innovative approach for migraine prevention in young age: a preliminary study. *Neurol Sci* (2010) 31 (Suppl 1):S181-S183). Ginkgolide B è un naturale inibitore del fattore di aggregazione piastrinica (PAF), un potente agente pro-infiammatorio e nocicettivo rilasciato durante il processo infiammatorio; inoltre modula l'azione dell'acido glutammico, neurotrasmettitore eccitatorio del sistema nervoso centrale e precursore dell'acido gamma-aminobutirrico (GABA).

Lo studio, un trial aperto prospettico, è stato effettuato su un piccolo campione di 24 giovani pazienti affetti da emicrania senza aura, diagnosticata secondo i criteri dell'International Headache Society

(IHS). Il trattamento consisteva in una combinazione di 80 mg di ginkgolide B, 20 mg di coenzima Q10, 1,6 mg di vitamina B2 e 300 mg di magnesio in somministrazione per via orale due volte al giorno, il mattino e la sera, con i pasti, per 3 mesi. Il trattamento è stato ben tollerato e la conformità è stata buona: i pazienti (e anche i genitori) hanno riportato un sostanziale miglioramento dell'emicrania rispetto alla situazione precedente allo studio. Nessuno dei pazienti ha riferito un peggioramento dell'emicrania.

Consapevoli che lo studio non controllato in aperto e il piccolo campione di pazienti non consentono di trarre conclusioni definitive per quanto riguarda l'efficacia e la tollerabilità del trattamento, gli Autori concludono che i dati preliminari mostrano come il ginkgolide B sembra essere efficace come trattamento di prevenzione nel ridurre la frequenza degli attacchi di emicrania e per attenuare l'uso di farmaci sintomatici nei bambini con cefalea primaria.

Passiflora incarnata è tradizionalmente conosciuta come pianta dalle proprietà sedative e ansiolitiche ed è utilizzata nella medicina popolare per il trattamento di disturbi del sonno. Molti esperimenti controllati hanno dimostrato un incremento del sonno negli animali da laboratorio, ma mancano studi clinici sugli esseri umani.

Un recentissimo studio australiano (Ngan A, Conduit R. A Double-blind, Placebo-controlled Investigation of the Effects of *Passiflora incarnata* (Passionflower) Herbal Tea on Subjective Sleep Quality. *Phytother Res*. 2011 Feb 3. doi: 10.1002/ptr.3400. [Epub ahead of print]) ha esaminato l'efficacia dell'infuso di *Passiflora*

incarnata sul sonno umano, misurata utilizzando i diari del sonno convalidati da polissonnografia (PSG). Lo studio è stato progettato in doppio cieco, controllato con placebo e misure ripetute con un ordine dei trattamenti controbalanciato (placebo vs infuso di passiflora), separati da periodo di washout di 1 settimana. I 41 partecipanti (di età compresa tra 18 e 35 anni) sono stati sottoposti a ogni trattamento per una settimana, assumendo una tazza di infuso di passiflora, compilando un diario del sonno per 7 giorni, e riportando le caratteristiche dello stato ansioso secondo i parametri del metodo Spielberger la mattina del settimo giorno.

10 partecipanti sono stati sottoposti a PSG durante la notte l'ultima notte di ciascun periodo di trattamento. Rispetto a sei misure del diario del sonno che sono state analizzate, la qualità del sonno ha mostrato un punteggio significativamente migliore per la passiflora rispetto al placebo ($t(40) = 2.70$, $p < 0.01$). Questi primi risultati suggeriscono che il consumo di un basso dosaggio di *Passiflora incarnata*, sotto forma di infuso, fornisce benefici soggettivi a breve termine in adulti sani con lievi variazioni nella qualità del sonno.

Il disturbo generalizzato di tipo ansioso (GAD) è caratterizzato da un ampio ventaglio di sintomi fisici e psicologici; spesso si manifesta come disturbo cronico, dal quale solamente un 30% di pazienti ha una remissione spontanea. La terapia farmacologica con benzodiazepine è quella più utilizzata, ma spesso questi farmaci sono associati con rilevanti effetti collaterali e dipendenza. Molti individui con lieve e moderato GAD si rivolgono alle medicine alternative e complementari.

La camomilla (*Matricaria recutita*) è utilizzata come rimedio tradizionale erboristico per i suoi effetti calmanti e rilassanti. Uno studio clinico randomizzato in doppio cieco, controllato con placebo è stato condotto da ricercatori statunitensi per valutare l'efficacia e la tollerabilità di un estratto di camomilla standardizzato al 1.2% in apigenina in capsule da 220 mg (Amsterdam JD, Li Y, Soeller I et Al. A randomized, double-blind, placebo-controlled trial of oral *Matricaria recutita* (Chamomile) extract therapy for generalized anxiety disorder. *J Clin Psychopharmacol*. 2009, Aug;29(4): 378-382. Lo studio ha coinvolto 61 soggetti con lieve o moderato GAD, di cui 57 sono stati randomizzati rispettivamente 28 nel gruppo camomilla (1 capsula/die la prima settimana, 2 capsule/die le successive) e 29 in quello placebo per otto settimane. Come parametro principale di valutazione è stata utilizzata la scala di Hamilton e secondariamente altri parametri legati a stato ansioso e benessere psicologico. Questo studio randomizzato, in doppio cieco, controllato con placebo rappresenta il primo

trial clinico riguardo all'uso di un estratto di camomilla nella terapia del GAD lieve o moderato. I risultati dello studio - nei quali la superiorità dell'estratto di camomilla rispetto al placebo è stata statisticamente significativa nella riduzione del punteggio nella scala di Hamilton - dimostrano che questo trattamento è stato efficace e tollerato e, nonostante i limiti di questo primo trial clinico, gli Autori concludono che tali evidenze suggeriscono che l'estratto di camomilla può possedere effetti ansiolitici modesti in pazienti con moderato GAD.

Le verruche sono un problema cutaneo che interessa sia i bambini sia gli adulti. Sono diverse le modalità di trattamento utilizzate, ma nessuna risulta costantemente efficace. Diverse sostanze immunomodulanti pare abbiano successo nel trattamento delle verruche in bambini e adulti. La propoli è largamente utilizzata per le sue proprietà antibatteriche, antimicotiche, antivirali e antinfiammatorie, oltre che per la capacità di incrementare la naturale resistenza alle infezioni. L'applicazione topica della propoli è associata al miglioramento di vari tipi di dermatite causate da batteri e funghi. *Echinacea* (tutte e tre le specie comunemente utilizzate: *angustifolia*, *purpurea*, *pallida*) è una pianta a cui sono ascrivite proprietà antivirali, antibatteriche e immunomodulanti.

Uno studio clinico egiziano (Hatem Z, Eman RM, Sahar A. Propolis as an alternative treatment for cutaneous warts. *Int J Dermatol* 2009 Nov; 48(11):1246-9) si è occupato di valutare l'efficacia di questi agenti naturali nel trattamento di differenti tipi di verruche cutanee.

Lo studio aperto, randomizzato in cieco, è durato tre mesi coinvolgendo 135 soggetti affetti da vari tipi di verruche, suddivisi in tre gruppi: gruppo A, che assumeva per via orale 500 mg/die di propoli in dose singola; gruppo B, che assumeva per via orale 600 mg/die di *Echinacea purpurea*; gruppo C, che assumeva il placebo. Durante lo studio non erano permesse terapie topiche. I soggetti sono stati esaminati dagli stessi dermatologi a intervalli regolari durante la terapia, valutando lo stato delle lesioni anche attraverso il confronto fotografico.

Al termine dei tre mesi di trattamento non sono state rilevate differenze statisticamente significative tra il gruppo *Echinacea* e quello placebo. Il trattamento con la propoli invece ha evidenziato una risposta positiva per quanto riguarda le verruche comuni e piane, ma non per quelle plantari. Ulteriori studi sono necessari per valutare anche la durata della terapia ma, alla luce dei risultati, gli Autori ritengono la propoli un trattamento immunomodulante efficace e sicuro per il trattamento delle verruche comuni e piane.