



# international news

a cura di Marco Angarano

## FRAGRANZA DI ROSA PER CONCILIARE IL SONNO

Ansia e disturbi del sonno sono tra i problemi più comuni che interessano i pazienti ricoverati per problemi cardiaci. Per investigare l'effetto dell'olio essenziale di Rosa damascena sull'ansia e sulla qualità del sonno, è stato condotto uno studio clinico randomizzato che ha coinvolto 60 pazienti (età da 25 a 65 anni) ricoverati nel reparto di cardiologia dello Shahid Beheshti Hospital di Esfahan, in Iran, con diagnosi di aritmia, sindrome coronarica acuta o insufficienza cardiaca congestizia. I pazienti sono stati arruolati dopo 24 ore dal ricovero e assegnati in maniera casuale a ricevere, oltre al trattamento di routine, il trattamento di aromaterapia (n = 30) o il placebo (n = 30) per tre notti consecutive, dalle 22.00 alle 6.00. Il trattamento di aromaterapia consisteva nell'inalare l'olio essenziale di Rosa damascena al 40% in acqua distillata (5 gocce su tessuto assorbente posizionato a circa 20 cm dal naso). In entrambi i gruppi l'ansia e la qualità del sonno sono state esaminate prima e dopo le tre notti consecutive di trattamento utilizzando due specifici

questionari: il St. Mary's Hospital Sleep Quality Questionnaire (SMHSQ) e lo State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Il punteggio medio della qualità del sonno nei due gruppi prima dell'intervento non era statisticamente significativo, mentre dopo l'intervento era diverso e statisticamente significativo ( $P < 0,05$ ). Anche il punteggio medio dell'ansia nei due gruppi prima dell'intervento non era statisticamente significativo, mentre dopo l'intervento era altrettanto diverso e statisticamente significativo ( $P < 0,05$ ). I risultati complessivi di questo studio hanno rivelato che l'uso dell'olio essenziale di Rosa damascena è efficace nel ridurre l'ansia e migliorare il sonno dei pazienti cardiopatici ricoverati nel reparto di cardiologia. Sulla base di questi risultati, l'uso dell'olio essenziale di Rosa damascena come integrazione insieme ai trattamenti farmacologici convenzionali o come terapia alternativa per migliorare la qualità del sonno e ridurre l'ansia nei pazienti con malattie cardiache mostra interessanti potenzialità. Tuttavia, ulteriori studi con campioni di dimensioni maggiori saranno utili a confermare questo trattamento, oltre a condurre uno studio per confrontarne gli effetti con quelli delle terapie farmacologiche convenzionali.

Jodaki K, Abdi K, Mousavi MS, Mokhtari R, Asayesh H, Vandali V, Golitaleb M. Effect of rosa damascene aromatherapy on anxiety and sleep quality in cardiac patients: A randomized controlled trial. *Complement Ther Clin Pract.* 2021 Feb;42:101299.

## ATEROSCLEROSI CORONARICA E AGLIO INVECCHIATO

Una delle manifestazioni secondarie più gravi della malattia cardiovascolare è l'aterosclerosi coronarica. Ricercatori svedesi hanno condotto uno studio monocentrico parallelo, randomizzato in doppio cieco e controllato con placebo, per valutare se l'estratto di aglio invecchiato (AGE) può influenzare la calcificazione dell'arteria coronaria (CAC) e, tramite un processo standard intersettoriale per il data mining (CRISP - DM), per creare un algoritmo in grado di prevedere quali pazienti avrebbero avuto una significativa riduzione della progressione della CAC assumendo AGE. L'outcome primario dello studio era rappresentato dalle variazioni del punteggio CAC dopo 1 anno di assunzione di placebo o AGE; gli outcome secondari erano rappresentati dalle variazioni della pressione arteriosa (diastolica e sistolica), glicemia a digiuno, lipidi ematici (colesterolo totale, lipoproteine ad alta densità - HDL, lipoproteine a bassa densità - LDL, apolipo-



proteina A e B e trigliceridi) e biomarcatori infiammatori (proteina C-reattiva (PCR) e interleuchina-6.

Lo studio ha coinvolto 104 pazienti con un punteggio del rischio di Framingham  $\geq 10$  rilevato dopo la TAC, che sono stati randomizzati ad assumere AGE (2 capsule da 600 mg due volte al giorno) oppure il placebo per 1 anno.

I risultati dello studio hanno mostrato che l'assunzione del solo AGE riduce la progressione del CAC rispetto al placebo, oltre a evidenziare anche un marcato effetto sull'infiammazione, con una diminuzione significativa dei livelli di IL-6, insieme a una significativa diminuzione della pressione sistolica. Inoltre, nei pazienti che assumevano AGE, alla fine dei 12 mesi di trattamento è stata riscontrata una diminuzione dei livelli ematici di glucosio rispetto ai pazienti che assumevano il placebo.

L'algoritmo creato sulla base dei dati rilevati è stato in grado di prevedere con una precisione dell'80% quale paziente avrebbe avuto una significativa riduzione della progressione del CAC utilizzando il supplemento AGE. Con lo stesso tipo di modello, si potrebbe prevedere anche con una precisione del 74% quale paziente potrebbe avere un significativo effetto di abbassamento della pressione sanguigna.

Wlosinska M, Nilsson AC, Hlebowicz J, Hauggaard A, Kjellin M, Fakhro M, Lindstedt S. The effect of aged garlic extract on the atherosclerotic process - a randomized double-blind placebo-controlled trial. *BMC Complement Med Ther.* 2020 Apr 29;20(1):132..

## DISPEPSIA E MEDICINA TRADIZIONALE

La dispepsia funzionale (DF) è un disturbo del tratto gastrointestinale superiore molto



# BENESSEREMORINGA

## PER CONTRASTARE LO STRESS OSSIDATIVO



### GOCCE DI MORINGA

Integratore alimentare a base di *Moringa oleifera*, caratterizzato da una maggiore concentrazione dei principi attivi della pianta.

Svolge un'attività antiossidante utile in caso di aumentato stress ossidativo (fumo, farmaci, inquinamento, alimentazione scorretta, sovraccarico tossinico)



[www.benesseremoringa.com](http://www.benesseremoringa.com)

DISPONIBILI  
presso le FARMACIE  
oppure ON LINE su:  
[www.tornoinforma.com](http://www.tornoinforma.com).



# international news

comune. La limitata efficacia e gli effetti collaterali degli attuali trattamenti farmacologici rendono interessante la valutazione di potenziali terapie alternative per la DF, le quali sono percepite come efficaci, sicure e naturali. *Boesenbergia rotunda* (BR) è una pianta appartenente alla famiglia delle Zingiberaceae originaria di Cina e Asia meridionale, le cui radici sono usate sia come alimento sia nella medicina tradizionale, anche come rimedio per il trattamento della dispepsia.

Un team di ricercatori thailandesi ha condotto uno studio randomizzato, in doppio cieco, controllato con placebo per valutare l'efficacia e la sicurezza di un estratto di BR nel tratta-

mento di pazienti con FD. 160 pazienti con DF in base ai criteri di Roma IV (62 uomini e 98 donne, età media  $56,9 \pm 14,8$  anni) sono stati reclutati e assegnati in modo casuale (rapporto 1:1) a ricevere BR (350 mg di estratto secco etanolicco 70%, DER 5:1) o placebo 3 volte al giorno per 4 settimane. L'endpoint primario dello studio era il cambiamento nel punteggio totale del Questionario sulla dispepsia di Leeds in forma breve. Gli endpoint secondari erano il tasso di sollievo completo o soddisfacente dai sintomi dispeptici, la riduzione dei marker infiammatori ematici e il miglioramento dell'istologia gastrica. 138 pazienti hanno completato lo studio. Il miglio-

ramento complessivo dei sintomi della dispepsia, sia come frequenza sia come gravità, è stato significativamente maggiore nel gruppo BR rispetto al gruppo placebo ( $-7,1 \pm 2,0$  vs  $-3,7 \pm 0,8$ , misure ripetute ANOVA,  $p < 0,05$ ). Il miglioramento è stato rilevato specialmente per indigestione, bruciore di stomaco e rigurgito. I punteggi totali del miglioramento dei sintomi sono migliorati in modo significativo insieme a una diminuzione dei marker infiammatori ematici nel gruppo BR rispetto al gruppo placebo ( $p < 0,05$ ). Nessuna differenza nell'istologia gastrica è stata osservata in entrambi i gruppi. L'estratto di BR è stato ben tollerato e non sono stati riscontrati problemi di sicurezza.

Sulla base di questi dati i ricercatori affermano che l'uso dell'estratto di *Boesenbergia rotunda* potrebbe essere una strategia di trattamento promettente e sicura per la terapia complementare e alternativa per la dispepsia funzionale; tuttavia, si raccomandano ulteriori studi di maggiore durata con campioni di pazienti di dimensioni maggiori.

Chitapanarux T, Lertprasertsuke N, Toworakul C. Efficacy and Safety of Fingerroot (*Boesenbergia rotunda*) Extract in Patients with Functional Dyspepsia: A Randomized, Placebo-Controlled Trial. *Digestion*. 2020 Sep 30:1-8.



Foto di 阿橋 HQ

*Boesenbergia rotunda*