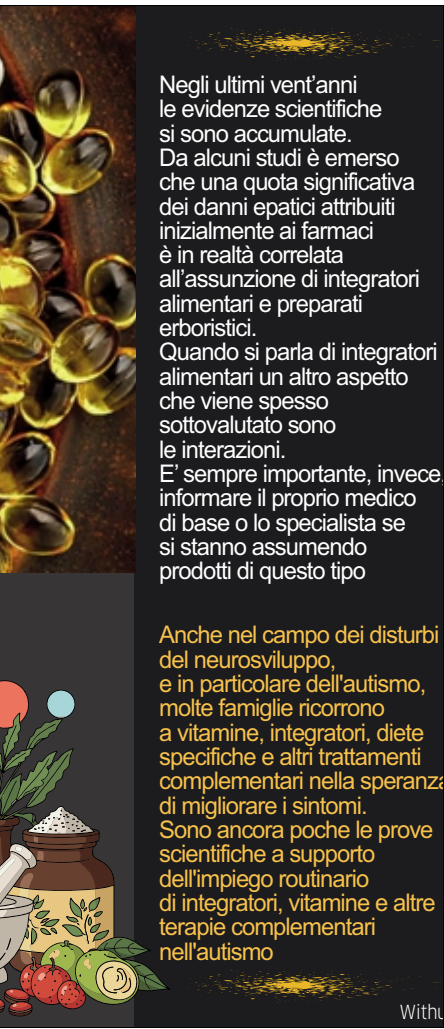




Negli ultimi vent'anni le evidenze scientifiche si sono accumulate. Da alcuni studi è emerso che una quota significativa dei danni epatici attribuiti inizialmente ai farmaci è in realtà correlata all'assunzione di integratori alimentari e preparati erboristici. Quando si parla di integratori alimentari un altro aspetto che viene spesso sottovalutato sono le interazioni. E' sempre importante, invece, informare il proprio medico di base o lo specialista se si stanno assumendo prodotti di questo tipo.

Anche nel campo dei disturbi del neurosviluppo, e in particolare dell'autismo, molte famiglie ricorrono a vitamine, integratori, diete specifiche e altri trattamenti complementari nella speranza di migliorare i sintomi. Sono ancora poche le prove scientifiche a supporto dell'impiego routinario di integratori, vitamine e altre terapie complementari nell'autismo.

concentrazioni, sono stati associati a casi di epatite tossica. L'eccesso di vitamina D può determinare alterazioni del metabolismo del calcio con conseguenze anche sulla funzione renale, mentre preparati multi-ingrediente destinati al dimagrimento o all'incremento della massa muscolare sono stati ripetutamente segnalati nella letteratura internazionale per episodi di grave tossicità epatica.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Vitamine, farmaci e le loro interazioni

«Rischi spesso ignorati, no al fai da te»

Integratori alimentari. Molte sostanze riducono l'efficacia delle cure o aumentano gli effetti. Il consiglio: «Prima di assumere nuovi prodotti è sempre opportuno consultare il medico»

Quando si parla di integratori alimentari un altro aspetto che viene spesso sottovalutato sono le interazioni. E' sempre importante, invece, informare il proprio medico di base o lo specialista se si stanno assumendo prodotti di questo tipo.

«Molte persone assumono contemporaneamente un multivitaminico, vitamina D, magnesio, omega-3, prodotti erboristici e farmaci prescritti dal proprio medico, senza considerare che queste sostanze possono influenzarsi reciprocamente – spiega ancora Vittorio Terruzzi, direttore sanitario di Villa Santa Maria - Alcuni integratori riducono l'efficacia di determinati farmaci; altri possono aumentarne gli effetti, modificare l'assorbimento intestinale o sovraccaricare fegato e reni, soprattutto nelle persone anziane o affette da patologie croniche».

Altro aspetto che merita attenzione è il fatto che questi prodotti non seguono lo stesso percorso autorizzativo dei medicinali. Non devono dimostrare, prima della commercializzazione, la medesima efficacia clinica richiesta ai farmaci e il controllo sulla composizione può risultare meno rigoroso. Diver-

si studi hanno documentato casi di prodotti che contenevano ingredienti diversi da quelli riportati in etichetta, contaminanti o perfino tracce di sostanze farmacologiche non dichiarate.

Fare chiarezza su un uso consapevole non significa demonizzare gli integratori. «In molte situazioni rappresentano un presidio terapeutico importante e, se prescritti sulla base di una valutazione clinica e di esami di laboratorio, offrono benefici documentati. La medicina personalizzata, infatti, consiste proprio nel somministrare ciò che serve alla persona giusta, nella dose corretta e per il tempo necessario – aggiunge - Per questo motivo il consiglio è semplice: prima di iniziare ad assumere un integratore è opportuno chiedersi se esista davvero una necessità clinica. La prevenzione, anche in questo caso, passa dalla conoscenza».

Anche nel campo dei disturbi del neurosviluppo, e in particolare dell'autismo, molte famiglie ricorrono a vitamine, integratori, diete specifiche e altri trattamenti complementari nella speranza di migliorare i sintomi.

«È una scelta comprensibile,



Un approccio sicuro deve basarsi su valutazioni mediche individuali

dettata dal desiderio di offrire ai propri figli ogni possibile opportunità terapeutica – precisa Terruzzi - Proprio per questo diventa fondamentale distinguere ciò che è supportato da solide evidenze scientifiche da ciò che, pur promettente, non dispone ancora di prove sufficienti».

Il tema è stato al centro di due recenti pubblicazioni internazionali. Un'ampia ombrellina review pubblicata su Nature

Human Behaviour da Corentin Gosling e colleghi, che ha analizzato 248 meta-analisi, 200 studi clinici e oltre 10.000 persone con disturbo dello spettro autistico, conclude che attualmente non esistono evidenze di elevata qualità a sostegno dell'efficacia delle principali terapie complementari e alternative per i sintomi fondamentali dell'autismo e che, per molte di esse, anche i dati sulla sicurezza rimangono limitati. Alcuni in-

terventi mostrano risultati incoraggianti, ma richiedono studi più robusti prima di poter essere raccomandati nella pratica clinica.

Nella stessa direzione va anche un'analisi pubblicata da Medscape, che, commentando le più recenti evidenze disponibili, sottolinea come vi siano ancora poche prove scientifiche a supporto dell'impiego routinario di integratori, vitamine e altre terapie complementari nell'autismo, invitando medici e famiglie ad adottare un approccio prudente e fondato sull'evidenza.

«È esattamente questo il metodo che guida anche l'attività clinica e scientifica di Villa Santa Maria – conclude - La ricerca del nostro Centro, sviluppata in collaborazione con istituzioni nazionali e internazionali, come quella con il CNR recentemente pubblicata anche sulle riviste del gruppo Nature, parte da un principio semplice ma fondamentale: ogni nuovo trattamento, ogni biomarcatore, ogni innovazione diagnostica o terapeutica deve dimostrare efficacia e sicurezza attraverso studi rigorosi prima di entrare nella pratica clinica».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

CDC S.r.l.

Centro Dentistico Casnatese

Direttore sanitario
Dott.ssa Vanoni Michela

- Igiene orale
- Pedodonzia e Ortodonzia
- Conservativa e Endodonzia
- Chirurgia e Implantologia
- Protesi dentali

IGIENE ORALE

PROTESI

IMPLANTOLOGIA

PEDODONZIA

ENDODONZIA E CONSERVATIVA

ORTODONZIA

Via Alessandro Volta, 7 – 22070 Casnate con Bernate (CO)

Tel: +39 0312074117

WhatsApp: +39 3517969598