



ABSTRACT

27/4/2021

La sinergia terapeutica fra botanici nella NASH e nella PCOS. Casi clinici

Dott. P. Putignano

Integrazione fitoterapica alla dieta, esercizio fisico o terapia farmacologica nella steatoepatite non alcolica (NASH) e nella sindrome dell'ovaio policistico (PCOS). L'infiammazione cronica di basso grado è alla base dell'accumulo di grasso a livello viscerale ed epatico e quindi è il motore della sindrome metabolica in tutti i suoi aspetti cardio-neuro-metabolici.

I polifenoli vegetali di origine alimentare hanno effetto sulla regolazione dei valori ematici indicativi della sindrome metabolica, come l'adiponectina e la PCR. Tra i numerosi polifenoli troviamo: acido clorogenico, quercetina, spalatina da rooibos, catechine del tè verde, curcumina, berberina e piperina.

La PCOS è a tutti gli effetti una forma di sindrome metabolica, tipicamente femminile, su cui potremo agire efficacemente con i botanici, almeno sugli aspetti glico-lipidici e ormonali alterati. La PCOS potrà trovarsi associata anche alla NASH.

Un botanico molto efficace nella PCOS è il D-chiro-inositolo (estratto dalle carrube), come pure il mio-inositolo. Il D-chiro-inositolo ha di recente dimostrato di migliorare anche la NASH.

La curcumina è il *gold standard* nutraceutico per la NASH ma non solo. Ha anche effetti prebiotici sul microbiota e azione riducente della permeabilità intestinale. Riduce gli effetti del cortisolo sui tessuti e svolge una potente azione antinfiammatoria sul tessuto adiposo (riduce TNF alfa e aumenta adiponectina). La curcumina riduce la progressione tra IGT e DMT2, favorendo la sensibilità insulinica. Sulla NASH ci sono studi che ne sottolineano l'effetto protettivo su adipocita, mitocondri, l'azione antifibrotica e dunque un'attività di contrasto alla cirrosi, come pure la capacità di riduzione dell'uricemia, altro elemento a volte presente nella sindrome metabolica.

La curcumina in forma fitosomiale (Meriva™) è 30 volte più biodisponibile della curcumina come tale e la sua associazione con la piperina ne aumenta la concentrazione sistemica di altre 20 volte, riducendone la glucuronazione epatica: quindi Meriva™ è l'unica formulazione di curcumina che conviene prendere in considerazione nella terapia nutrizionale. Un lavoro recentissimo dimostra l'effetto proprio di Meriva™ nella NASH, in associazione alla dieta.

La berberina, oltre l'attività anti-dislipidemica e anti-iperglicemica, ha di recente evidenziato attività anche nella NASH e nell'obesità viscerale. La sua capacità prebiotica nei confronti di *Akkermansia muciniphila* favorisce la produzione di muco intestinale e la coesione delle TJ, con riduzione dell'infiammazione sub-clinica alla base della sindrome metabolica. Attenua anche la produzione di TMAO (nuovo parametro considerato come fattore di rischio cardio-vascolare) a partire dalla colina, nutrendo i batteri che contrastano tale processo di formazione. A livello intestinale, la berberina riduce anche la formazione e la progressione dei polipi intestinali. Nella terapia della PCOS è una scelta ideale in quanto ha dimostrato anche attività anti-androgenetica e può quindi essere usata efficacemente sia da sola che ad integrazione degli inositoli.

Nella NASH, la berberina coadiuva e completa l'attività della curcumina, purché anch'essa resa più biodisponibile attraverso l'associazione con la silimarina.

Trattazione di due casi clinici:

- 1) Donna di 56 aa con obesità associata a NASH severa trattata con acido ursodesossilico, familiarità per DMT2, ipertesa in terapia con ramipril, uso di FANS per artrosi, che si presenta per elaborare una dieta dimagrante. Terapia nutraceutica integrativa consigliata: LIPICUR (Curcumina come Meriva™+ acido lipoico + piperina) a colazione, HOMAIR (Curcumina come Curserin™- fitosoma a base di fosfatidilserina e fosfatidilcolina + piperina) a cena;
- 2) Paziente con PCOS, obesità viscerale e NAFLD (forma più severa della NASH), 23 anni, familiarità per DMT2 e alopecia androgenetica, obesa, irsuta e con *acantosis nigricans*. Nessuna terapia assunta. Si presenta per una dieta. Terapia nutraceutica integrativa consigliata: LIPICUR a colazione, BERBEROL (berberina + silimarina) a pranzo e DDM CHIRO (D-chiro-inositolo + Zn + acido folico + Vit.D) a cena.