

CENTRO DI FITOTERAPIA AOU CAREGGI

Long Covid e fitoterapia

*Attivato dal CERFIT
un progetto di ricerca
sui pazienti affetti da
Long Covid.
Obiettivo realizzare un
percorso assistenziale
per rispondere alle
esigenze di trattamento
con l'impiego di preparati
fitoterapici*

Nella prima fase del progetto è stata analizzata la letteratura internazionale alla ricerca di evidenze scientifiche, per verificare quali siano le piante medicinali più sicure ed efficaci in questo ambito.

La ricerca ha messo in luce alcune soluzioni promettenti per la gestione clinica dei sintomi residuali dell'infezione da SARS COV-2.

Prevalenza del problema

Da un punto di vista clinico la fase acuta dell'infezione da Covid-19 è caratterizzata da un esordio sintomatologico dopo 4-5 giorni dall'esposizione al virus: i sintomi più frequenti sono febbre, tosse, dispnea, fatica, dolori osteoarticolari e muscolari, disturbi del sonno, anosmia e disgeusia. Un paziente su cinque, indipendentemente dalla gravità del decorso acuto, continua a manifestare sintomi dopo la guarigione per circa 5 settimane, mentre uno su dieci fino a 12 settimane (NICE). Questa persistenza

di sintomi è stata definita Long Covid. In Italia l'87,1% dei pazienti affetti da Covid-19, a 60 giorni dall'esordio clinico, presenta almeno un sintomo e il 55% almeno due o tre sintomi, tra cui dispnea, dolore toracico e affaticamento che comportano una riduzione importante della qualità della vita (Carfi A, et al. 2020). Sebbene l'esatto meccanismo responsabile delle complicanze a lungo termine di Covid-19 resti sconosciuto, sono invece noti diversi meccanismi fisiopatologici dell'infezione virale che possono rendere ragione delle sequele dopo la fase acuta. Tra questi sembrano maggiormente indiziati il protrarsi di uno stato infiammatorio e/o la permanenza dell'antigene con il conseguente perdurare della risposta immunitaria. È stato infatti dimostrato che uno stato di attivazione infiammatoria svolge un ruolo importante nella patogenesi del Long Covid e si può pertanto prendere in considerazione un trattamento con antinfiammatori (Meryam Maamar et al. 2022).

Bacopa monnieri



CERFIT

AOU Careggi, Via delle Oblate, 4
50141 Firenze
Padiglione 28a, Ponte Nuovo
"Mario Fiori"
tel. 055 794 9220/9635/6824
Prenotazioni visite: CUP Metropolitan
055 545454

Attualmente nessun trattamento per i pazienti con sintomi da Long Covid è stato confermato, tuttavia a fronte di queste premesse fisiopatologiche e delle evidenze di sicurezza ed efficacia di trattamento in alcune condizioni cliniche sovrapponibili a quelle descritte, è possibile proporre una serie di preparati di origine vegetale come possibili risorse di trattamento integrato. In ambito fitoterapico sono oggetto di attenzione alcune piante che hanno alle spalle un background di prove di efficacia e di sicurezza nel trattamento di patologie a patogenesi infiammatoria e immunologica.

Boswellia serrata

La *Boswellia serrata* esplica un ruolo importante, nella gestione della patologia infiammatoria, dimostrato dalla fin dal suo impiego tradizionale. Dei suoi principali componenti - terpenoidi, composti fenolici, flavonoidi e fenilpropanoidi - solo il 11-keto- β -boswellic acid (KBA) e il 3-O-acetyl-11-keto- β -boswellic acid (AKBA) hanno ottenuto un interesse farmacologico quali inibitori delle citochine pro-infiammatorie della 5-lipossigenasi e dei leucotrieni; inoltre ne è stata dimostrata la proprietà di inibire l'elastasi leucocitaria (HLE) come tappa iniziale del danno tissutale infiammatorio del polmone in corso di processi infiammatori e infettivi (Safayhi H, et al. 1997). La *Boswellia* ha, dunque, la peculiarità di agire parallelamente su questi due fronti del processo infiammatorio.

Curcuma longa

In uno studio randomizzato controllato in doppio cieco contro placebo, la somministrazione di curcumina (1.000 mg/die, per 30 giorni) ha ridotto lo stress e l'affaticamento nei soggetti in condizioni di stress lavorativo (Pandaran Sudheeran, et al. 2016).

La curcumina (2,5 g, due volte al giorno) ha anche dimostrato di ridurre il dolore muscolare a insorgenza ritardata (DOMS) in soggetti sani dopo esercizio fisico eccentrico intenso. L'uso della curcumina è stato proposto come una possibile opzione terapeutica nell'encefalomielite mielica/sindrome da stanchezza cronica; inoltre la curcumina ha inibito la sarcopenia secondaria a sepsi, inibendo la risposta catabolica nel muscolo scheletrico tramite il blocco del fattore di trascrizione NF- κ B.

Bacopa monnieri

La droga è la pianta intera che viene usata tradizionalmente nella medicina ayurvedica indiana come tonico e come rimedio utile alle funzioni cognitive.

Pase e colleghi (Pase MP, et al. 2012) in una revisione sistematica hanno dimostrato come l'assunzione dell'estratto di *Bacopa monnieri* migliori la memoria, sebbene non influisca quantitativamente sull'acquisizione di informazioni.

Uno studio condotto su 46 giovani adulti che avevano assunto 300 mg/die di estratto al 55% di bacoside per 12 settimane ha dimostrato un incremento significativo dei

processi di memorizzazione, apprendimento e di consolidazione mnemonica, insieme a una riduzione dello stato ansioso rispetto al placebo, con un effetto maggiore successivo alle 12 settimane di supplementazione.

Panax ginseng e Panax quinquefolius

Le due specie più popolari del genere *Panax* sono il ginseng asiatico (*Panax ginseng*) e quello americano (*Panax quinquefolius*) ed entrambe hanno come principali costituenti le saponine triterpeniche meglio conosciute come ginsenosidi.

Gli effetti del ginseng americano sono stati verificati sul tono dell'umore e la funzione neurocognitiva in uno studio randomizzato e controllato (RCT) condotto su 32 giovani sani, dove l'assunzione di un estratto standardizzato al 10,65% in ginsenosidi, al dosaggio di 100, 200, 400 mg, ha dimostrato un incremento significativo della performance mnemonica nonché un miglioramento dello stato ansioso.

Un più recente RCT ha dimostrato come la somministrazione di 3 gr di *Panax ginseng* vs placebo per 6 mesi in 90 soggetti sani abbia determinato un incremento significativo della memoria e delle funzioni cognitive; il preparato si è dimostrato sicuro anche nel lungo periodo.

Vittorio Mascherini

Valentina Maggini

Eugenia Gallo

Fabio Firenzuoli

Bibliografia essenziale

- Carfi A, Bernabei R, Landi F; Gemelli Against COVID-19 Post-Acute Care Study Group. Persistent Symptoms in Patients After Acute COVID-19. *JAMA*. 2020 Aug 11;324(6):603-605.
- Desai AD, Lavelle M, Boursiquot BC, Wan EY. Long-term complications of COVID-19. *Am J Physiol Cell Physiol*. 2022 Jan 1;322(1):C1-C11.
- Edwards E. COVID-19 "long-haulers" report nearly 100 symptoms for more than 100 days. *NBC News*; 2020, Yong E. COVID-19 can last for several months. *The Atlantic*, [cited 2020 Jul 31], <https://www.theatlantic.com/health/archive/2020/06/covid-19-coronaviruslongterm-symptoms-months/612679/>; 2020.
- Greenhalgh T, Knight M, A'Court C, Buxton M, Husain L. Management of post-acute covid-19 in primary care. *BMJ*. 2020 Aug 11;370:m3026.
- Meryam Maamar, Arancha Artime, Emilio Pariente, Patricia Fierro, Yolanda Ruiz, Silvia Gutiérrez, Marian Tobalina, Sara Díaz-Salazar, Carmen Ramos, José M. Olmos, and José L. Hernández, Post-COVID-19 syndrome, low-grade inflammation and inflammatory markers: a cross-sectional study *Curr Med Res Opin*. 2022: 1-9.
- NICE. COVID-19 Rapid Guideline: Managing the Long-Term Effects of COVID-19. NICE Guideline [NG188]. See <https://www.nice.org.uk/guidance/ng188>
- NICE. Overview COVID-19 rapid guideline : managing the long term effects of COVID-19. *Guidance 2020*
- Pandaran Sudheeran, S., Jacob, D., Natinga Mulakal, J., Gopinathan Nair, G., Maliakel, A., Maliakel, B., Im, K. (2016). Safety, tolerance, and enhanced efficacy of a bioavailable formulation of curcumin with fenugreek dietary fiber on occupational stress: A randomized, double-blind, placebo-controlled pilot study. *Journal of Clinical Psychopharmacology*, 36(3), 236-243.
- Pase MP, Kean J, Sarris J, Neale C, Scholey AB, Stough C. The cognitive-enhancing effects of Bacopa monnieri: A systematic review of randomized, controlled human clinical trials. *J Altern Complement Med* 2012;18:1-6.
- Safayhi H, Rall B, Sailer ER, Ammon HP. Inhibition by boswellic acids of human leukocyte elastase. *J Pharmacol Exp Ther*. 1997 Apr;281(1):460-3.
- Townsend L, Dyer AH, Jones K, Dunne J, et al. Persistent fatigue following SARS-CoV-2 infection is common and independent of severity of initial infection. *PLoS One*. 2020 Nov 9;15(11):e0240784.