

NEWS

DALLE REGIONI | DALL'ITALIA | DALL'EUROPA | DAL MONDO

DALLE REGIONI

Valle d'Aosta: prorogata gratuità agopuntura per fibromialgia

La fibromialgia è una patologia che, in un quadro clinico multiforme, presenta sintomi molto variabili e di diversa gravità che possono mutare nel corso del tempo; per questo richiede percorsi terapeutici individualizzati, finalizzati a perseguire obiettivi di appropriatezza prescrittiva ed efficacia delle cure.

La Valle d'Aosta è stata pioniera nell'attenzione ai pazienti con fibromialgia garantendo loro prestazioni sanitarie specifiche. Nel gennaio 2023 la Regione ha approvato la prima esenzione in Italia per i principali farmaci miorilassanti per pazienti con sindrome fibromialgica, senza nessuna compartecipazione di spesa. Il percorso coperto dall'esenzione include una serie di prestazioni sanitarie tra cui cicli di agopuntura, colloqui psicologico-clinici, consulenze nutrizionali, una visita reumatologica (se ritenuta necessaria) e visite con fisiatra o fisioterapista. L'esenzione temporanea per i pazienti con fibromialgia, in scadenza il 29 febbraio scorso, è stata prorogata fino al 31 dicembre 2024, hanno comunicato l'Usl della Valle d'Aosta e l'Assessorato regionale della sanità. Richiesta durante il Tavolo regionale



multidisciplinare della Sindrome fibromialgica', la proroga permette ai pazienti che non ne avessero ancora fruito di poter accedere entro fine anno a prestazioni gratuite di agopuntura e di rieducazione funzionale motoria, previste dalle Dgr 281/2020 e 24/2023 e dalla Legge regionale 25/2021. Per la prima è stata inoltre stipulata una convenzione tra l'Azienda e due centri di riabilitazione privati. In Valle d'Aosta i pazienti con fibromialgia sono circa 400.

Fonte: <https://www.ausl.vda.it/home>

DALL'ITALIA

Benefici del Qigong su Covid e Long Covid

Una recente revisione sistematica della letteratura scientifica condotta da ricercatori italiani ha valutato le potenzialità del Qigong, un'antica ginnastica medica cinese caratterizzata da movimenti delicati, respirazione controllata ed elementi di meditazione, su Covid e Long Covid. La ricerca degli studi clinici pertinenti è stata effettuata sulle banche dati internazionali PubMed, EMBASE, Web of Science, Scopus e Google Scholar; dopo un esame approfondito sono stati individuati nove studi conformi ai criteri di ammissibilità. Questi i principali risultati: le persone con Covid che si sono impegnate nella pratica del Qigong hanno ottenuto benefici consistenti del benessere sia fisico sia psicologico, evidenziati dal miglioramento dei sintomi respiratori, dalla riduzione dei livelli di ansia, da una migliore qualità del sonno, del benessere mentale e della qualità della vita correlata alla salute.

La pratica del Qigong, attuata da sola o in combinazione con altre terapie, ha dimostrato effetti benefici anche sui sintomi del Long Covid, quali problemi respiratori persistenti, vertigini, disturbi del sonno e compromissione della qualità della vita correlata alla salute.

La review sottolinea in conclusione la necessità di effettuare ulteriori studi per quantificare e standardizzare il contributo



del Qigong al recupero e alla riabilitazione da Covid-19, con l'obiettivo di integrare una pratica sostenibile e a basso impatto nelle strategie di sanità pubblica e nei regimi terapeutici.

Fonte: Antonelli M, Donelli D. Evaluating qigong as integrative support for COVID-19 and Long-COVID-19 rehabilitation: a systematic review. *Front Psychol.* 2024 May 14;15:1403130. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1403130.

Melatonina e disturbi del sonno

Quattro milligrammi al giorno 3 ore prima di coricarsi: secondo uno studio effettuato presso l'Università degli Studi di Pisa sarebbero questi tempi e la dose che garantiscono una maggiore efficacia della melatonina contro l'insonnia.

Lo studio - una revisione sistematica con metanalisi pubblicata sul *Journal of Pineal Research* - ha valutato l'effetto della somministrazione di melatonina sul sonno fornendo indicazioni precise su come usare questa sostanza per favorire il sonno. La ricerca ha riguardato 26 studi randomizzati pubblicati tra il 1987 e il 2020, in totale 1.689 osservazioni su soggetti con insonnia e volontari sani.

Rispetto alle indicazioni più spesso utilizzate, ovvero 2 mg 30 minuti prima di coricarsi, per ottimizzare l'effetto della sostanza secondo i ricercatori sarebbe meglio anticipare i tempi di somministrazione a 3 ore prima di coricarsi e aumentare la dose a 4 mg/die. È opportuno anche personalizzare l'orario di somministrazione facendo riferimento al ritmo sonno/veglia di ogni persona, in modo da mimare la naturale produzione di melatonina nell'essere umano.

Fonte: Cruz-Sanabria F, Bruno S, Crippa A, Frumento P, Scarselli M, Skene DJ, Faraguna U. Optimizing the Time and Dose of Melatonin as a Sleep-Promoting Drug: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials and Dose-Response Meta-Analysis. *J Pineal Res.* 2024 Aug;76(5):e12985.

Ospedale Gemelli: nuovi percorsi per dolore cronico e cefalee

I due percorsi clinico assistenziali varati dalla Fondazione Policlinico Gemelli IRCCS rappresentano la declinazione e il *fine tuning* della Legge 38/2010, che garantisce la terapia del dolore e le cure palliative a ogni cittadino italiano. Il primo, coordinato da Catello Vollono,

responsabile Ambulatori delle Cefalee, è dedicato al percorso diagnostico-terapeutico delle cefalee; l'altro, dedicato alle terapie integrate per la gestione del dolore, è coordinato da Marco Rossi, docente associato di Anestesiologia presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore e direttore della UOC Anestesia delle Chirurgie Specialistiche e Terapia del Dolore. I percorsi rispondono a due importanti bisogni di salute e saranno implementati con azioni per ottimizzare la presa in carico dei pazienti, senza trascurare l'aspetto formativo.

"Il Comitato Ospedale senza Dolore - precisa Andrea Cambieri, Direttore sanitario della Fondazione Policlinico Universitario Agostino Gemelli IRCCS e coordinatore del Comitato Ospedale Senza Dolore - risponde a una normativa nazionale che ne prevede la costituzione negli ospedali per la lotta al dolore. I percorsi riguardano specifiche aree di sofferenza dei pazienti, che sono gestiti non solo con il trattamento farmacologico ma anche in termini di assistenza e di presa in carico allargata". I trattamenti farmacologici infatti possono essere inefficaci per problemi legati alla scarsa aderenza alle terapie, alla scarsa risposta nel tempo, agli effetti indesiderati dei farmaci e al mancato coordinamento tra il prescrittore ospedaliero e il medico sul territorio. Nell'ambito delle terapie integrate per il dolore cronico sono state valorizzate l'agopuntura, l'aspetto psicologico del paziente, quello fisico-riabilitativo e di riattivazione del corpo e gli aspetti nutrizionali che entrano nella risposta infiammatoria al dolore cronico.

Rametti di liquirizia



Un format analogo viene applicato al percorso per la gestione delle cefalee che prevede anche il ricorso all'agopuntura, il trattamento psicologico del dolore da cefalea/nevralgia del trigemino, l'esercizio fisico e il supporto nutrizionale.

Fonte: <https://www.policlinicogemelli.it/>

Liquirizia e funzionalità epatica

Una recente revisione sistematica con metanalisi ha valutato l'efficacia delle formulazioni di liquirizia, da sola o in associazione con altre piante medicinali, sugli enzimi della funzionalità epatica in soggetti con patologia epatica primaria. Dopo una ricerca sulle banche dati internazionali MEDLINE, Embase, Scopus, Web of Science e Cochrane Library fino ad aprile 2024, sono stati inclusi nell'analisi 15 studi clinici randomizzati (RCT) che hanno confrontato gli effetti delle preparazioni di liquirizia rispetto al placebo o ai controlli standard di cura, per un totale di 1.367 partecipanti.

La liquirizia ha ridotto in modo statisticamente significativo la concentrazione nel sangue di alcune transaminasi e precisamente alanina aminotransferasi (ALT) di 15,63 U/L ($p = 0,001$) e aspartato aminotransferasi (AST) di 7,37 U/L ($p = 0,01$) rispetto ai gruppi di controllo.

Le analisi dei sottogruppi hanno mostrato che i composti a base di acido glicirricico purificato erano particolarmente efficaci e hanno determinato maggiori riduzioni dei

livelli di ALT e AST. Specifiche preparazioni a base di liquirizia fitocomplesso hanno determinato inoltre una riduzione notevole dei livelli di bilirubina.

Il profilo di sicurezza della liquirizia è risultato allineato a quanto già noto in letteratura, con effetti collaterali per lo più modesti e correlati alla sua azione mineralcorticoide. Nonostante l'eterogeneità degli studi questi risultati suggeriscono che la liquirizia possa migliorare la funzionalità epatica. Gli autori della *review* auspicano che ulteriori studi approfondiscano il ruolo della liquirizia e i suoi meccanismi epatoprotettivi.

Fonte: Giangrandi I, Dinu M, Napoletano A, Maggini V, Lombardi N, Crescioli G, Gallo E, Mascherini V, Antonelli M, Donelli D, Vannacci A, Firenzuoli F, Sofi F. Licorice and liver function in patients with primary liver disease: A systematic review and meta-analysis of RCTs. *Phytother Res.* 2024 Jul 30. doi: 10.1002/ptr.8288.

DALL'EUROPA

Dolore oncologico e agopuntura: studio portoghese

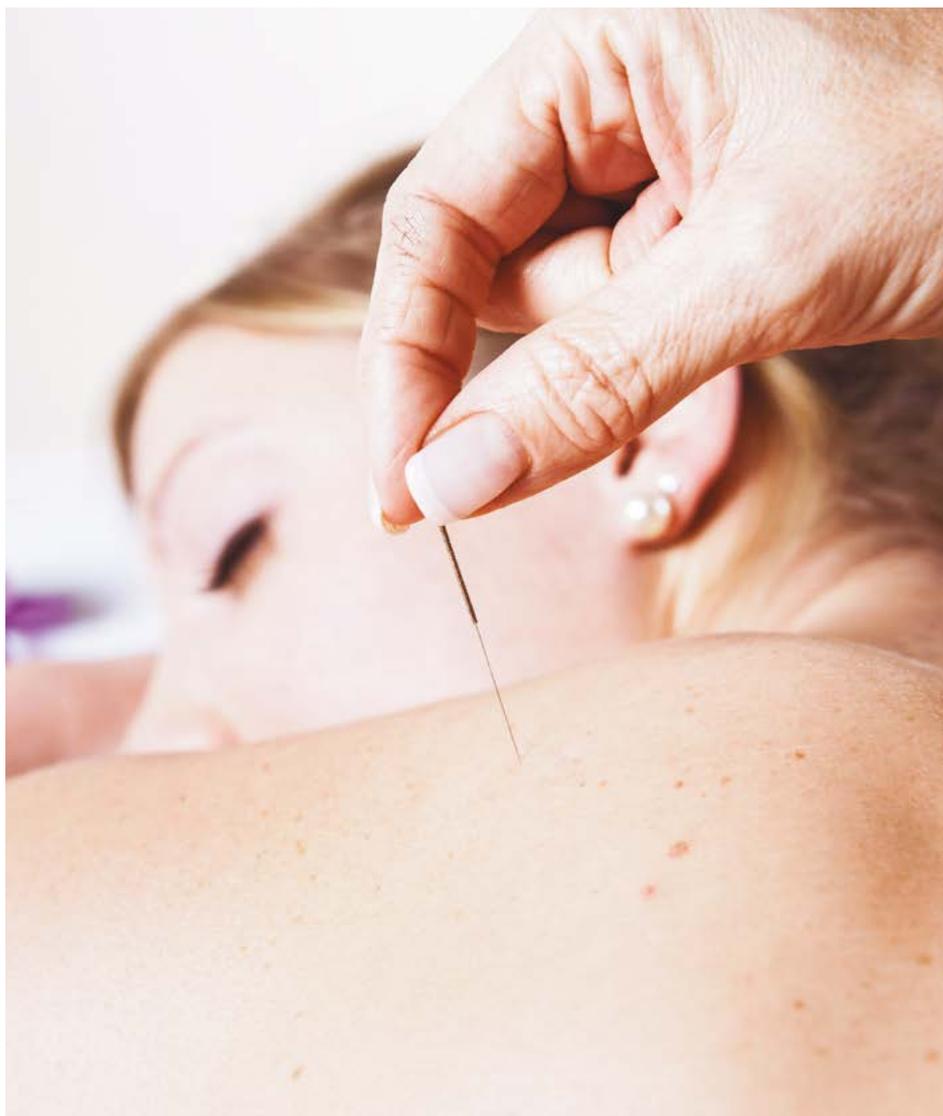
Il dolore associato al cancro è una delle maggiori cause di ridotta qualità della vita nei malati oncologici. Tra i trattamenti utilizzati per alleviare questo sintomo c'è anche l'agopuntura che presenta il significativo vantaggio di effetti collaterali scarsi o nulli, soprattutto nel confronto con i farmaci analgesici di sintesi.

Una recente revisione sistematica con metanalisi ha valutato le prove di efficacia dell'agopuntura in questo ambito. La ricerca in 6 database elettronici (PubMed, EBSCO, Cochrane Library, Scielo, b-On e Scopus) ha individuato gli studi randomizzati e controllati (RCT) sull'azione dell'agopuntura nel dolore oncologico confrontata con nessun trattamento, falsa agopuntura o cure standard.

L'outcome primario era l'intensità del dolore, misurata con scala analogica visiva (VAS), scala di valutazione numerica e con

il Brief Pain Inventory, un questionario disegnato espressamente per valutare il dolore oncologico. Gli esiti secondari erano la qualità della vita, la funzionalità, la xerostomia, l'interferenza del dolore con la vita quotidiana e il consumo di analgesici. Nella metanalisi sono stati inclusi 16 studi randomizzati con un totale di 1.124 partecipanti. L'agopuntura è risultata più efficace nella riduzione del dolore rispetto all'assenza di trattamento (SMD = -0,90, IC al 95% [-1,68, -0,12]), alla falsa agopuntura (SMD = -1,10, IC al 95% [-1,59, -0,61]) e alle cure standard (SMD = -1,16, IC 95% [-1,38, -0,93]). I risultati dello studio suggeriscono che l'agopuntura può essere un intervento efficace per attenuare il dolore oncologico e che, nonostante alcune limitazioni dovute alla qualità dei trial e alla piccola dimensione del campione di alcuni studi, potrebbe fornire un trattamento efficace e sicuro per questo sintomo.

Fonte: Faria M, Teixeira M, Pinto MJ, Sargento P. Efficacy of acupuncture on cancer pain: A systematic review and meta-analysis. *J Integ Med.* 2024; 22(3): 235-244.



DAL MONDO

Uso sicuro dell'agopuntura in oncologia

Il documento pubblicato su *Supportive Cancer Care* aggiorna, 18 anni dopo le Linee guida di Filshie e Hester (2006), le raccomandazioni per una pratica sicura dell'agopuntura in oncologia integrata, mentre aumentano il ricorso a farmaci antitumorali innovativi e il numero di *survivors* che manifestano effetti tardivi della malattia oncologica. Sono le prime raccomandazioni internazionali e multidisciplinari sottoposte a *peer-review* per una pratica sicura dell'agopuntura in oncologia integrata. Un documento importante dato che le preoccupazioni in materia di sicurezza restano un ostacolo significativo all'applicazione di questa disciplina terapeutica nelle strutture sanitarie oncologiche. Stilate da 15 esperti in oncologia integrata, queste raccomandazioni intendono promuovere un uso sicuro e appropriato dell'agopuntura in oncologia, chiarendo precauzioni e rischi per i pazienti (in terapia e non) ed evidenziando anche i casi in cui l'agopuntura è controindicata o deve essere adattata a specifici contesti. La sezione 'Red Flag' riporta infatti i casi in cui è opportuno rimandare l'applicazione dell'agopuntura e una tabella con le eventuali controindicazioni al suo utilizzo. In particolare il paragrafo 'Reazioni autoimmuni all'immunoterapia' evidenzia

che i pazienti che ricevono farmaci immunoterapici sono soggetti a un'ampia gamma di malattie autoimmuni e risposte infiammatorie, con effetti collaterali anche gravi. Inoltre, essendo l'immunoterapia una terapia relativamente nuova, i benefici dell'agopuntura come terapia aggiuntiva sono ancora in gran parte non dimostrati oppure ricavati da segnalazioni aneddotiche. Studi sugli animali hanno tuttavia mostrato che l'agopuntura riduce l'infiammazione e il dolore nell'artrite reumatoide e può essere d'aiuto nel trattamento aggiuntivo di alcune patologie autoimmuni. Le sue potenzialità nel ridurre le reazioni autoimmuni aumentando così tolleranza ed efficacia dell'immunoterapia meritano quindi di essere approfondite. In conclusione, l'agopuntura offre un metodo non farmacologico *evidence-based* per gestire vari effetti avversi della malattia oncologica e dei trattamenti antitumorali e dovrebbe essere presa in considerazione e offerta al paziente all'interno di un percorso multidisciplinare in ogni fase del percorso di sopravvivenza al cancro.

Fonte: de Valois B, Young T, Zollman C, Appleyard I, Ben-Arye E, Cummings M, Green R, Hoffman C, Lacey J, Moir F, Peckham R, Stringer J, Veleber S, Weitzman M, Wode K. Acupuncture in cancer care: recommendations for safe practice (peer-reviewed expert opinion). *Support Care Cancer*. 2024 Mar 14;32(4):229.

Fatigue cancro-correlata: le Linee guida ASCO-SIO

Questa recente Linea guida sulla fatigue cancro-correlata, basata su 113 studi clinici randomizzati e controllati pubblicati nel periodo 2013-2023, è stata redatta da un panel multidisciplinare di esperti in oncologia medica, oncologia geriatrica, medicina interna, psicologia, psichiatria, medicina integrata con il supporto di esperti in oncologia comportamentale, infermieristica e advocacy.

Le indicazioni sono state approvate dall'American Society of Clinical Oncology (ASCO) e dalla Society for Integrative Oncology (SIO) dopo una revisione critica della letteratura più significativa per ciascuna raccomandazione, in sintonia con il Manuale Metodologico Linee Guida ASCO-SIO.

La popolazione target è data da survivors adulti con fatigue/astenia dal momento della diagnosi a ogni fase successiva; i destinatari sono operatori sanitari, oncologi, psicologi, terapeuti psicosociali e della riabilitazione, medici di medicina integrata, infermieri e altri operatori coinvolti



nell'assistenza ai malati oncologici e ai loro familiari.

La ricerca ha mostrato che l'attività fisica, la terapia cognitivo-comportamentale e i programmi di mindfulness alleviano la fatigue del paziente oncologico sia durante le terapie sia nella fase successiva alle cure. Tai Chi, Qigong e il ginseng americano (*Panax quinquefolium L.*) hanno dimostrato dei benefici durante il trattamento mentre yoga, digitopressione e moxibustione hanno migliorato i sintomi della fatigue/astenia nella fase post terapie. Nel fine vita sono emersi in particolare i benefici della terapia cognitivo-comportamentale. Sono state definite le seguenti raccomandazioni:

- attività fisica, terapia cognitivo-comportamentale, programmi di mindfulness, Tai Chi e Qigong contribuiscono ad attenuare la gravità della fatigue in corso di trattamento
- interventi di psico-educazione e preparati a base di ginseng americano possono essere raccomandati agli adulti in terapia antitumorale
- a fine trattamento si raccomandano attività fisica, terapia cognitivo-

comportamentale e programmi basati sulla consapevolezza; in particolare gli ultimi due interventi sono stati efficaci nella gestione della fatigue moderata - grave dopo le terapie; raccomandati anche yoga, digitopressione e moxibustione

Fonte: Bower JE, Lacchetti C, Alici Y, Barton DL, Bruner D, Canin BE, Escalante CP, et al. Management of Fatigue in Adult Survivors of Cancer: ASCO-Society for Integrative Oncology Guideline Update. *J Clin Oncol*. 2024 May 16;JCO2400541. doi: 10.1200/JCO.24.00541.

Tosse e omeopatia

Un recente studio di coorte multicentrico, prospettico e osservazionale ha valutato l'efficacia dell'omeopatia nel trattamento della tosse cronica da infiammazione delle vie aeree superiori, asma e sindromi correlate e reflusso gastroesofageo. Alla ricerca, effettuata presso 10 centri sanitari indiani afferenti al Central Council for Research in Homoeopathy, hanno partecipato 857 pazienti di entrambi i sessi, con età compresa tra 7 e 65 anni che presentavano tosse da almeno 8 settimane.

I dati sono stati analizzati con il CSI (l'indice che misura la gravità della tosse) e con il questionario EQ-5D-5L. I risultati riguardano 706 casi con almeno quattro follow-up e indicano una riduzione della media del punteggio CSI dal basale a fine studio di 19,09, che si è ridotta ulteriormente a 3,89 nell'ottavo follow-up ($P < 0,05$).

Nel corso del trial sono stati prescritti 28 medicinali omeopatici; *Phosphorus*, *Arsenic album*, *Pulsatilla*, *Sulphur*, *Lycopodium* e *Silica* sono stati quelli prescritti con maggiore frequenza. *Phosphorous*, *Pulsatilla*, *Sulphur*, *Arsenic album*, *Lycopodium*, *Calcarea carb.* e *Causticum* si sono rivelati i più efficaci, in sintonia con quanto hanno evidenziato studi precedenti. Si tratta di risultati positivi, anche se il disegno non randomizzato e non in cieco del trial ne costituisce un limite importante. In assenza di un gruppo di controllo infatti è difficile stabilire con certezza se gli effetti osservati siano dovuti ai medicinali omeopatici prescritti, a una progressione naturale del disturbo o siano correlati ad altri fattori.

Gli autori suggeriscono quindi di realizzare nuovi RCT in doppio cieco per confermare questi promettenti risultati.

Fonte: *Int J High Dilution Res.* 2024; 23(CF): 146-160 <https://doi.org/10.51910/ijhdr.v23icf.1304>

India, 85 milioni a sostegno delle medicine tradizionali

Con una cerimonia svoltasi a Ginevra il governo indiano ha impegnato 85 milioni di dollari USA in 10 anni, dal 2022 al 2032, per sostenere la programmazione del Centro globale di medicina tradizionale dell'OMS.

A sinistra Bruce Aylward (OMS), a destra Vaidya Rajesh Kotecha (Ayush)



Il Centro globale di medicina tradizionale dell'OMS è un centro di conoscenza incentrato su cinque aree di lavoro interconnesse: ricerca e prove di efficacia; assistenza sanitaria primaria e copertura sanitaria universale; conoscenze indigene e biodiversità; applicazioni sanitarie digitali e il biennale Summit globale di medicina tradizionale dell'OMS.

Il contributo finanziario andrà a sostenere un programma intersettoriale per rafforzare le evidenze scientifiche delle medicine tradizionali a supporto di politiche, pratiche, prodotti e uso pubblico di queste terapie.

L'accordo tra l'OMS e l'India fa parte di un investimento di 250 milioni di dollari da parte dell'India a sostegno dell'istituzione del Centro globale di medicina tradizionale dell'OMS (2022) che andrà in parte anche a finanziare il lavoro principale dell'OMS nel periodo 2025-2028. "L'impegno dell'India nella ricerca in medicina tradizionale arriva in un momento opportuno", ha detto Bruce Aylward, dell'OMS. "La medicina tradizionale all'interno dei sistemi sanitari nazionali può consentire di raggiungere i soggetti più fragili e vulnerabili che spesso non riescono ad accedere alle risorse per la salute. L'integrazione delle pratiche e dei saperi tradizionali è quindi fondamentale per raggiungere l'obiettivo della salute per tutti". Il vice ministro Ayush Vaidya Rajesh Kotecha ha aggiunto che l'India mantiene il suo impegno a sostegno del l'OMS nel suo lavoro per rafforzare i sistemi di medicina tradizionale a livello globale e per raggiungere una copertura sanitaria universale, in particolare attraverso il Centro globale di Jamnagar". Il primo Summit globale di medicina tradizionale dell'OMS si è tenuto nell'agosto 2023 nel Gujarat. Il prossimo

si terrà nel novembre 2025 dopo il lancio della Strategia globale per la medicina tradizionale 2025-2034 alla 78ª Assemblea mondiale della sanità nel maggio 2025.

Fonte: WHO, <https://www.who.int/initiatives/who-global-traditional-medicine-centre>

Agopuntura e fatigue nella sclerosi multipla

La fatigue o astenia, uno dei sintomi più comuni della sclerosi multipla (SM), può comparire già nelle prime fasi della malattia e influenza la vita di una vasta maggioranza delle persone con SM. Si calcola infatti che ne sia colpita una percentuale variabile dal 70% al 90%. Questo sintomo interferisce con le attività fisiche e mentali della persona con SM, influenzando in modo negativo sulla qualità della vita, soprattutto quando la stanchezza e la mancanza di forza rendono più arduo svolgere anche i compiti più semplici.

Una recente revisione sistematica con metanalisi ha valutato l'efficacia dell'agopuntura nell'alleviare questo sintomo nei pazienti affetti da SM. I principali outcome misurati nell'analisi includevano astenia, qualità della vita e disabilità.

Due studi osservazionali e 4 studi clinici randomizzati sono stati inclusi nell'analisi che ha mostrato i seguenti risultati: l'agopuntura riduce in modo statisticamente significativo la *fatigue* ($p < 0,0001$) e migliora la qualità della vita ($p = 0,03$), sottolineandone le potenzialità come intervento terapeutico nella gestione della SM.

La metanalisi suggerisce un consistente miglioramento della *fatigue* correlata alla sclerosi multipla dopo l'intervento con agopuntura, sia rispetto ai controlli sia ai livelli pre-trattamento, posizionandola come una potenziale terapia aggiuntiva. Data la possibilità di bias di alcuni degli studi inclusi nell'analisi, questi dati comunque promettenti devono essere rafforzati con ulteriori ricerche di alta qualità e con studi condotti su coorti di pazienti più ampie, concludono gli autori di questa review.

Fonte: Haider S, Fatmi W, Shoaib N, Sajjad M, Zahid M. Assessment of acupuncture's effectiveness in mitigating fatigue among patients afflicted with multiple sclerosis: A systematic review and meta-analysis. *Complement Ther Clin Pract.* 2024 Sep 6;57:101902.