



# MC **TOSCANA**

A cura dei Centri di riferimento regionale,  
del Centro regionale per la medicina integrata  
e della Azienda Usl Toscana Nord Ovest

NOTIZIE DAI CENTRI DI RIFERIMENTO REGIONALE E DAI CENTRI PUBBLICI  
RECENSIONI, NEWS DALLE REGIONI, DALL'ITALIA, DALL'EUROPA E DAL MONDO

**IN PRIMO PIANO**

## LA MEDICINA INTEGRATA NEL NUOVO PSSIR



LASCIA  
UN SEGNO.  
UN PROGETTO  
DI MEDICINA  
NARRATIVA

ENDOMETRIOSI  
E CANNABIS:  
NUOVE PROSPETTIVE  
TERAPEUTICHE

**ONE  
HEALTH**

ONCOLOGIA  
INTEGRATA:  
UN APPROCCIO  
MULTIDIMENSIO-  
NALE ALLA CURA

LE MC NELLE PATOLOGIE  
DEL TERZO MILLENNIO:  
VERSO UN APPROCCIO  
INTEGRATO E CENTRATO  
SUL PAZIENTE



**Franco Cracolici**  
Responsabile attività di medicina  
integrata in oncologia  
Azienda USL Toscana sud est

# Toscana, un modello di continuità nell'innovazione

*Dalla visione pionieristica  
del Piano Sanitario del 1996  
alla conferma nel nuovo PSSIR:  
la medicina integrata toscana  
continua a crescere, tra ricerca,  
formazione e attenzione  
alla persona*

In Toscana, l'integrazione fra medicina ufficiale e medicine complementari è ormai parte del Servizio Sanitario Regionale sin dagli anni Novanta. Oggi il modello toscano è riconosciuto come riferimento a livello nazionale e internazionale, grazie a una struttura a rete fondata sulla multidisciplinarietà, sul dialogo fra professioni sanitarie e su una visione condivisa della salute.

Attualmente, il sistema conta 82 ambulatori pubblici di MC dedicati, cui si aggiungono le attività in regime di intramoenia, per un totale di oltre 110 centri attivi in tutte le Aziende sanitarie. In queste strutture vengono erogati trattamenti di agopuntura e medicina cinese, fitoterapia e omeopatia. Gli operatori offrono un'assistenza globale e personalizzata, nel rispetto dei criteri di appropriatezza, qualità e sicurezza che contraddistinguono i servizi pubblici toscani.

Questo modello virtuoso è il frutto di una convergenza unica di fattori: l'impegno delle istituzioni regionali, la fiducia e la partecipazione dei cittadini, la competenza dei professionisti sanitari. Ha avuto un ruolo di primo piano anche la collaborazione, imprescindibile, di istituti e scuole di formazione privati accreditati che - nel rispetto dell'Accordo Stato-Regioni del 2013 e della normativa toscana - hanno garantito nel tempo percorsi di formazione e aggiornamento professionali di alto livello. Guardando al futuro, le sfide sono molte. In un quadro sempre più orientato alla salute globale delle persone e in sintonia con la visione *One Health*, la medicina integrata toscana continuerà a camminare al fianco dei pazienti. Lo farà nel segno della continuità e dell'innovazione, valorizzando l'esperienza maturata in oltre vent'anni di lavoro e rendendola patrimonio condiviso per una sanità pubblica sempre più scientificamente fondata, equa, accogliente e attenta ai bisogni di tutti e tutte.

**L**a Toscana conferma, anche nel nuovo Piano Sanitario e Sociale Integrato Regionale, la presenza delle medicine complementari e integrate come parte viva e strutturale del proprio sistema sanitario.

È una scelta che affonda le radici in una storia lunga quasi trent'anni, cominciata con l'innovativo Piano Socio Sanitario del 1996: un documento allora all'avanguardia, che aprì la strada a un processo di integrazione unico nel panorama nazionale e internazionale. Grazie a quella visione, le medicine complementari sono entrate a pieno titolo nelle politiche di salute pubblica, diventando uno strumento concreto per migliorare il benessere dei cittadini e delle cittadine toscane.

L'ultimo documento di programmazione regionale - di cui si parla più nel dettaglio nell'articolo *Primo Piano* di questo numero - definisce tre obiettivi strategici per il prossimo biennio: medicina integrata in oncologia, per accompagnare i pazienti lungo i percorsi di cura e riabilitazione; medicina di genere e salute della donna, per una medicina più equa e personalizzata; fragilità e cronicità, ambiti nei quali la medicina integrata può offrire un contributo decisivo alla qualità della vita e alla presa in carico globale. La conferma delle medicine complementari nella programmazione sanitaria è un risultato di grande rilievo, reso possibile da una rete di relazioni istituzionali, professionali e formative costruita con costanza nel tempo e rinnovata in questa fase di programmazione.



La copertina  
di questo numero

## SOMMARIO

N. 58 - OTTOBRE 2025

Editoriale	2
In primo piano	3
Centro di Medicina Tradizionale Cinese - Firenze	5
CERFIT - Firenze	7
Centro di Omeopatia - Lucca	9
Centro di Medicina Integrata - Ospedale di Pitigliano	11
Appuntamenti	13
Recensioni	14
News	15



# LA MEDICINA INTEGRATA NEL NUOVO PSSIR

*Si confermano presenza e ruolo della medicina integrata in aree importanti della salute, all'interno dell'approccio One Health e in continuità con il percorso di integrazione avviato dalla fine degli anni Novanta. Sostegno al malato oncologico, salute delle donne e fragilità/cronicità gli obiettivi principali per il settore della medicina complementare*

Il Piano Sanitario e Sociale Integrato Regionale (PSSIR) della Toscana è lo strumento di programmazione che definisce gli obiettivi e le priorità delle politiche sanitarie e sociali della Regione.

Approvato con la deliberazione n. 67 del Consiglio Regionale Toscano il 30 luglio 2025, il PSSIR 2024-2026 rappresenta di fatto la bussola con cui la Toscana orienta le proprie politiche per la salute e il benessere dei cittadini. Il documento segna una tappa importante nella programmazione sanitaria, con l'obiettivo di:

- rafforzare l'assistenza territoriale,
- promuovere l'integrazione socio-sanitaria,

- accelerare la transizione digitale ed ecologica del sistema,
- rendere i servizi più vicini, inclusivi e resilienti.

La logica che lo guida è quella della prevenzione e dell'integrazione, con una forte attenzione al dialogo con il terzo settore e alle nuove fragilità sociali ed epidemiologiche. Centrale è l'adozione di un approccio One Health, la strategia internazionale che sottolinea il legame tra salute umana, animale e ambientale. In questa cornice, la Toscana conferma il proprio impegno nella valorizzazione delle medicine complementari, già da anni parte della programmazione sanitaria regionale. Una scelta che si colloca nel solco delle raccomandazioni della Dichiarazione del Summit



mondiale dell'OMS sulla medicina tradizionale (India, agosto 2023), che ha ribadito il contributo delle medicine tradizionali, complementari e integrative al raggiungimento degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDGs), in particolare nel campo della salute e del benessere globale.

#### **Le priorità per la medicina complementare**

La Toscana è stata tra le prime regioni italiane a inserire le medicine complementari nei propri strumenti di programmazione, a partire dal Piano Sanitario Regionale 1996–1998, che conteneva norme esplicite per la loro valorizzazione. Da allora, tutte le successive pianificazioni sanitarie regionali hanno confermato questa scelta. L'ultimo PSSIR individua tre assi prioritari di sviluppo per le medicine complementari: oncologia, salute delle donne e cronicità/pazienti fragili, in continuità con i punti cardinali del percorso di integrazione sviluppato ad oggi.

#### **Oncologia**

L'oncologia è uno dei campi in cui più evidente risulta il valore dell'approccio integrato. Negli ultimi decenni la ricerca internazionale e le politiche europee, insieme a prestigiosi centri clinici internazionali, hanno riconosciuto l'importanza di associare terapie convenzionali e complementari per migliorare la qualità della vita dei malati di tumore e ridurre gli effetti collaterali delle cure. In Toscana, il PDTA regionale 'Medicina integrata nei malati oncologici' - approvato

nel 2021 e attualmente in fase di aggiornamento - rappresenta un modello consolidato di dialogo e integrazione e si riflette nelle attività cliniche di oltre 20 ambulatori dedicati specificatamente ai pazienti con patologie oncologiche attivati in tutte le Aziende sanitarie toscane. In questo ambito di intervento il nuovo PSSIR punta ad ampliare la rete degli ambulatori pubblici di medicina integrata, sviluppare protocolli terapeutici basati su evidenze scientifiche e linee guida, rafforzare il coordinamento con la Rete oncologica regionale e con ISPRO (Istituto per lo Studio, la Prevenzione e la Rete Oncologica). All'interno di un percorso che mette al centro il paziente nella sua globalità, integrando controllo del dolore, supporto nutrizionale e psicologico.

#### **Medicina di genere e salute della donna**

Le donne rappresentano oltre il 75% degli utenti delle terapie integrate in Toscana, con un ricorso particolarmente significativo durante la menopausa. Il Piano prevede di:

- sviluppare i servizi dedicati alle donne in menopausa,
- favorire l'utilizzo della medicina integrata a sostegno del parto fisiologico,
- investire in formazione e aggiornamento, in particolare per le ostetriche.

L'obiettivo è valorizzare la medicina integrata come strumento di promozione

della salute femminile lungo tutto l'arco della vita, dalla gravidanza alla menopausa.

#### **Pazienti fragili e gestione della cronicità**

L'invecchiamento della popolazione e la crescente multimorbidità pongono sfide complesse al sistema sanitario. Anche qui la medicina integrata può offrire un contributo rilevante, soprattutto per la gestione sostenibile di patologie muscoloscheletriche, dolore cronico, disturbi dell'umore e nella riabilitazione di pazienti cardiopatici o politraumatizzati. Le azioni previste includono la promozione di pratiche come Tai chi e Qigong per un invecchiamento attivo, l'inserimento delle terapie integrate nei percorsi riabilitativi, la formazione del personale nelle strutture residenziali per anziani. Quest'approccio punta nell'insieme a migliorare la qualità della vita delle persone e anche a ridurre l'uso inappropriato di farmaci, aumentando così la sostenibilità della spesa sanitaria.

#### **Le sfide per il futuro**

Il PSSIR 2024-2026 della Toscana non è solo un piano di programmazione, ma la proposta di un nuovo modello di salute pubblica capace di unire tradizione e innovazione, di integrare terapie convenzionali e complementari, di coniugare prevenzione e cura. La sfida è ambiziosa: costruire un sistema sanitario che non si limiti a trattare le malattie, ma che accompagni i cittadini nei percorsi di benessere, prevenzione e qualità della vita, in linea con le strategie internazionali più avanzate.

# CENTRO DI MEDICINA TRADIZIONALE CINESE FIOR DI PRUGNA

## Lascia un segno! Un progetto di medicina narrativa

*Le storie dei pazienti, i loro racconti di vita e di malattia, sono uno specchio che consente di vedere chi abbiamo di fronte. Da questo ascolto profondo nasce, all'interno del Centro "Fior di Prugna", il progetto di medicina narrativa "Lascia un segno!"*

La medicina narrativa - *Narrative Based Medicine* - nasce negli anni Ottanta presso la Harvard Medical School, con gli iniziali contributi di Arthur Kleinman e Byron Good. Questo approccio si fonda su un presupposto essenziale: la medicina non è solo un sapere tecnico, ma anche, e soprattutto, un sistema culturale, fatto di credenze, significati, linguaggi che influenzano profondamente l'esperienza soggettiva della malattia.

### **Narrazione come strumento terapeutico**

All'interno di questo contesto, la narrazione autobiografica si configura come uno strumento terapeutico. Non solo un mezzo per raccontare ciò che si è vissuto, ma anche per comprenderlo e dargli senso. La narrazione, inoltre, tiene insieme le tre dimensioni che coesistono in ogni esperienza di malattia: *Disease*: l'aspetto biomedico della patologia; *Illness*: il vissuto emotivo, relazionale, soggettivo dell'essere malati; *Sickness*: la percezione sociale della malattia, con i suoi pregiudizi, le paure, le esclusioni — concetti approfonditi da Kleinman nel 1988. Raccontare la propria storia di malattia e di cura, quindi, permette di darle un senso, di riconoscere emozioni, di collegare eventi e significati che, altrimenti, resterebbero frammentati.

Secondo Schacter (2001) rievocare un episodio ne migliora la comprensione emotiva e aiuta a cogliere i significati profondi e soggettivi dell'esperienza vissuta.

La medicina narrativa, dunque, scardina il paradigma medico tradizionale, ampliando lo sguardo sulla malattia e sulla relazione medico-paziente e consente di cogliere, oltre ai sintomi fisici, la rete complessa di vissuti, emozioni, relazioni, parole e gesti che accompagnano ogni percorso di cura, aspetti importanti quanto quelli rilevabili con le analisi specialistiche.

Così, attraverso il racconto della propria esperienza, la persona malata torna al centro: non è più soltanto un corpo da riparare, ma un essere umano con una storia che chiede di essere ascoltata e riconosciuta.

Anche la medicina tradizionale cinese e l'omeopatia — terapie erogate nel centro — riconoscono l'unicità di ogni individuo e la

sua particolare risposta ai problemi di salute, attuando una personalizzazione delle cure. In questo modo viene data una grande importanza alla relazione medico-paziente, fondamentale perché solo attraverso una profonda conoscenza della persona e della sua storia il medico può curare. Questo inquadramento diagnostico si realizza principalmente attraverso il dialogo, ma anche grazie all'osservazione visiva, all'ascolto dei segnali del corpo, alla palpazione e alla valutazione degli odori. Questa visione è in forte sintonia con l'approccio della medicina narrativa. Il Centro di Medicina Tradizionale Cinese "Fior di Prugna", per il suo approccio olistico e per la modalità di fruizione attraverso un percorso che si sviluppa in più visite, facilita la relazione medico-paziente e la narrazione intima legata al proprio percorso di vita. Per questo, avviare un progetto di medicina narrativa è stato un passaggio naturale.

### **L'inizio del progetto**

Nel 2015, prima dell'avvio del progetto vero e proprio, è iniziata una prima raccolta degli scritti, sebbene il Centro abbia da sempre coltivato un rapporto con i propri pazienti, anche una volta terminato il ciclo di sedute terapeutiche. Negli archivi sono

*La sostanza del grande medico è che desidera purificare il suo spirito, avere lo sguardo interiore e osservare tutto ciò che si manifesta. Il suo portamento è magnanimo e dignitoso; non è né brillante né cupo. Conosce la malattia e fa la diagnosi con una perfetta disposizione interiore e nella profondità del suo Cuore. Esamina con grande cura i segni che il corpo presenta. Include anche il più piccolo dettaglio e non si lascia sfuggire nulla*

*Sun Simiao, Qiān Jīn Yào Fāng o Prescrizioni del valore di mille pezzi d'oro, pubblicato nel 652.*

### **Centro Fior di Prugna, SOS**

Centro Coordinamento Aziendale  
Medicina Complementare  
Azienda USL Toscana centro  
Viale Alessandro Volta, 171 - Firenze  
Tel. 055 6939241  
fiordiprugna@uslcentro.toscana.it



custodite con cura le fotografie e le lettere dei genitori dei bambini nati con parto naturale a seguito delle terapie finalizzate al rivolgimento podalico, iniziate con il progetto "Correzione della presentazione podalica con tecniche di Medicina Tradizionale Cinese" del 1998. La raccolta è stata ulteriormente stimolata dalla lettura casuale del blog di una paziente, che ha raccontato in modo ironico e appassionato il proprio ciclo di sedute all'inizio del 2016. Nel tempo, ha preso forma il progetto che promuove la scrittura autobiografica tra i pazienti del Centro come vero e proprio strumento di cura. Così, grazie al sostegno della Regione Toscana e a Sonia Baccetti, all'epoca Direttrice del Centro, nel 2018 è stato attivato il progetto attraverso una giornata formativa che ha coinvolto 23 operatori di medicina complementare dell'Area Vasta Centro. L'obiettivo, oltre alla presentazione dell'iniziativa, era quello di costruire le basi per una progressiva sensibilizzazione verso la medicina narrativa,

di cui il Centro Fior di Prugna si faceva promotore. Sin dalle prime fasi ha collaborato al progetto Stefania Polvani, ricercatrice e autrice sul tema, che già nel 2004 in qualità di direttrice del Servizio per la Promozione della Salute dell'Azienda Sanitaria di Firenze aveva promosso il progetto NaMe – Narrative Medicine.

#### Gli ultimi sviluppi

Dopo la formazione, "Lascia un segno!" viene attivato concretamente presso il Centro "Fior di Prugna". Da quel momento, al termine di ogni visita, i medici presentano il progetto ai pazienti e consegnano loro il materiale informativo. Questa prima fase, conclusa nel febbraio 2025, ha consentito di raccogliere 64 testimonianze di pazienti. A giugno 2025, parte delle storie raccolte prendono voce attraverso una cartolina e un segnalibro, distribuiti sia al Centro sia nella sua biblioteca. I materiali, realizzati in occasione dei 30 anni del Centro, celebrano

questo traguardo anche attraverso le parole dei pazienti e sottolineano il valore della scrittura come strumento di cura. La seconda fase è stata avviata formalmente il 6 marzo 2025, con una giornata di formazione, condotta di nuovo da Stefania Polvani, alla quale ha partecipato in veste di osservatrice Ilaria Palla della Scuola Superiore Sant'Anna, in vista di una possibile collaborazione nella fase finale di analisi e sintesi del materiale raccolto. Il progetto prosegue con l'obiettivo di guidare la narrazione del paziente attraverso l'uso di spunti che aiutino a esplorare l'esperienza vissuta, senza condizionarla. Per fare questo, vengono introdotti degli stimoli narrativi (*prompt*), pensati come tracce per entrare nella propria storia. Si invitano i pazienti a raccontarsi, a scrivere di sé, della propria malattia, del proprio percorso, perché nel momento in cui ci si sente accolti e si scrive la propria storia, si lascia davvero un segno. L'auspicio è che questa iniziativa si possa estendere ad altri ambulatori di medicina integrata dell'Azienda USL Toscana Centro.

Luana Brucculeri, Barbara Cucca, Elena Boni, Elisabetta Barbara Cortesi

## Bibliografia

- Byron J. Good. *Narrare la malattia: lo sguardo antropologico sul rapporto medico-paziente*. Torino; Edizioni di Comunità, 1999.
- Arthur Kleinman *Patients and Healers in the Context of Culture. An Exploration of the Borderland between Anthropology, Medicine, and Psychiatry*. University of California Press, Berkeley, 1981.
- Arthur Kleinman. *The Illness Narratives: Suffering, Healing, and the Human Condition*. New York: Basic Books, 1989.
- Elisabeth Rochat de la Vallée. *Medicina cinese classica. L'armonioso equilibrio della salute*. Red Edizioni, 2022.
- Ilaria Sarmiento, Stefania Polvani, Ilaria Monici, Pietro Bombini, Guido Giarelli. *Esperienze di medicina narrativa. Il progetto Na.Me. Salute e Territorio 176/2009*.
- Daniel L. Schacter. *Alla ricerca della memoria. Il cervello, la mente e il passato*. Einaudi, 2001.

# CENTRO DI FITOTERAPIA AOU CAREGGI

## Endometriosi e cannabis: nuove prospettive terapeutiche

*L'endometriosi è una malattia frequente e complessa con un impatto elevato sulla qualità di vita che richiede un approccio multidisciplinare. Una rassegna su alcuni fitocomposti naturali e il loro potenziale ruolo nel trattamento, con focus sulla cannabis e i suoi derivati cannabinoidi*

L'endometriosi è una patologia benigna, cronica ed estrogeno-dipendente, caratterizzata dalla presenza di tessuto endometriale al di fuori della cavità uterina. Colpisce circa il 10% delle donne in età fertile e, nonostante questa prevalenza, il ritardo diagnostico medio resta di 7-9 anni.

Le manifestazioni cliniche principali sono dolore e infertilità. Il dolore può presentarsi come dismenorrea (dolore mestruale), dispareunia (dolore durante i rapporti), dischizia e disuria (dolore alla defecazione o alla minzione) e dolore pelvico cronico, persistente anche al di fuori del ciclo mestruale. I sintomi incidono sul benessere, mentale e sociale mentre l'infertilità amplifica stress, ansia e depressione. I costi economici e sociali della patologia sono paragonabili ad altre malattie croniche come diabete, morbo di Crohn e artrite reumatoide.

### Eziopatogenesi e trattamento

L'ipotesi eziopatogenetica più accreditata è quella delle mestruazioni retrograde, ma restano valide anche le teorie della disseminazione ematica/linfatica e della metaplasia cellulare. La diagnosi si basa su anamnesi, visita ginecologica ed ecografia transvaginale, con risonanza magnetica nei casi complessi. La chirurgia, non più necessaria per la diagnosi, resta indicata in presenza di sintomi refrattari alla terapia medica o compromissione d'organo. Il trattamento è per lo più farmacologico: contraccettivi combinati (estro-progestinici) o solo progestinici, per ridurre attività estrogenica e mestruazioni; analoghi del GnRH, in particolare gli antagonisti del GnRH introdotti di recente, efficaci ma non privi di effetti collaterali, cui si affiancano analgesici e, in caso di infertilità, tecniche di procreazione medicalmente assistita. Nonostante ciò, circa un terzo delle pazienti sviluppa dolore pelvico cronico refrattario. Il dolore può essere nocicettivo (derivare da lesioni vascolarizzate e innervate), neuropatico (per infiltrazione o comprimere dei nervi) o nociplastico (intensità e durata del dolore non sono correlate a

numero, posizione o gravità delle lesioni dell'endometriosi, ma a fenomeni di sensibilizzazione periferica e centrale, con dolore anche in assenza di lesioni attive). La complessità della malattia richiede pertanto un approccio multidisciplinare, che coinvolga ginecologi, terapisti del dolore, gastroenterologi, reumatologi, urologi, fisioterapisti, nutrizionisti e psicologi.

### Fitoterapici e nuove prospettive di ricerca

La ricerca scientifica, con studi *in vitro*, su modelli animali e alcuni trial clinici in corso, sta vagliando il ruolo di diversi fitocomposti naturali - accomunati da proprietà antinfiammatorie, antiossidanti, antiangiogeniche e antiproliferative - nel trattamento dell'endometriosi.

Tra i più promettenti:

- Resveratrolo: polifenolo presente in uva e frutti di bosco, ha proprietà antinfiammatorie e antiangiogeniche. Studi preliminari hanno mostrato una possibile riduzione di dolore e crescita delle lesioni endometriosiche.
- Curcumina: principio attivo della curcuma, con attività antiossidante e modulatrice delle citochine infiammatorie. In modelli sperimentali ha dimostrato un effetto inibitorio su proliferazione cellulare e neoangiogenesi.
- Epigallocatechina-3-gallato (EGCG): principale catechina del tè verde, oggetto di ricerche per le sue proprietà anti-fibrotiche e anti-angiogeniche. È stata associata alla riduzione della formazione di aderenze e fibromi uterini e delle lesioni endometriosiche.

Ad oggi non vi sono evidenze sufficienti per un impiego clinico routinario, ma questi composti sono un campo di ricerca in espansione, potenzialmente utile per affiancare le terapie convenzionali. Tra le opzioni non ormonali allo studio, particolare interesse riveste la cannabis e i suoi derivati cannabinoidi. Il sistema endocannabinoide - costituito da una rete

### CERFIT

AOU Careggi  
Via delle Oblate, 4 - Firenze  
Padiglione 28a,  
Ponte Nuovo "Mario Fiori"  
tel. 055 7947749  
mail: becorpi@aou-careggi.toscana.it

complessa di enzimi, mediatori intercellulari e recettori - svolge importanti funzioni regolatorie e protettive, compresa la risposta immunitaria e la comunicazione tra cellule. I recettori sono principalmente recettori classici (recettori cannabinoidi CB1 e CB2) e recettori non classici (GPR1 e TRPV1). Tra i principali ligandi endogeni

ci sono l'arachidonoiletanolamide (AEA), il 2-arachinodoil glicerolo (2-AG) e il palmitoiletanolamide (PEA). Il sistema endocannabinoide è espresso anche nell'endometrio, nel miometrio e nell'ovaio. Studi recenti hanno dimostrato la presenza di tali recettori e ligandi anche nelle lesioni endometriose, suggerendo un ruolo nella modulazione di infiammazione e dolore. Non solo, alcuni studi hanno dimostrato che i livelli di PEA nelle lesioni EMS sono significativamente più alti rispetto all'endometrio eutopico di pazienti con endometriosi. I pazienti affetti da endometriosi con dismenorrea moderata - grave hanno livelli più elevati di AEA e PEA rispetto a quelli con sintomi dolorosi da lievi a moderati. Questi risultati spiegano in parte alcuni sintomi dolorosi dell'EMS, poiché livelli elevati di AEA e PEA correlano con i livelli di dolore. I potenziali effetti benefici della cannabis nell'endometriosi includono azione analgesica (riduzione della trasmissione nocicettiva e neuropatica), effetto antinfiammatorio (riduzione di citochine e prostaglandine pro-infiammatorie), proprietà ansiolitiche e antidepressive. Sono in corso diversi trial clinici internazionali: uno studio di fase II negli Stati Uniti sull'uso di cannabidiolo sublinguale, un trial australiano di fase III con oli di cannabis e gruppo placebo, uno studio spagnolo di fase II con spray oromucosale; un trial inglese è in fase preparatoria. I risultati preliminari sono promettenti, ma restano da definire dosaggi ottimali, vie di somministrazione e sicurezza a lungo termine. Per questo l'ACOG (American College of Obstetricians and Gynecologists), pur riconoscendo il

razionale d'impiego, sottolinea la necessità di ulteriori studi di qualità prima di formulare raccomandazioni definitive.

### Conclusioni

L'endometriosi è una sfida clinica complessa, con un impatto elevato sulla qualità di vita e una componente di dolore cronico spesso resistente alle terapie tradizionali. La cannabis e i suoi derivati cannabinoidi si propongono come una possibile risorsa terapeutica complementare, grazie al profilo analgesico, antinfiammatorio e psicotropo ma siamo ancora in fase di ricerca e serviranno ulteriori dati per definire protocolli standardizzati e linee guida condivise. Nell'attesa, la gestione ottimale delle pazienti con endometriosi resta multidisciplinare, con approcci farmacologici, chirurgici e non farmacologici (dieta anti-infiammatoria, fisioterapia del pavimento pelvico, supporto psicologico e/o psichiatrico, agopuntura). Presso il Centro di Endometriosi, Vulvodinia e Dolore Pelvico Cronico dell'AOU Careggi, diretto dal Prof. Felice Petraglia, le pazienti sono seguite da un Gruppo Endometrioso Multidisciplinare (GEM), in cui ginecologi, terapisti del dolore e altri specialisti collaborano per una presa in carico completa e personalizzata, volta a migliorare il percorso di cura e la qualità di vita delle donne.

*Milo Giani*, Gruppo Endometriosi Multidisciplinare DAI Materno Infantile AOU Careggi

*Angelamaria Becorpi*, Cerfit AOU Careggi

## Bibliografia

- Vercellini P, Viganò P, Somigliana E, Fedele L. Endometriosis: pathogenesis and treatment. *Nat Rev Endocrinol*. 2014 May;10(5):261-75. doi: 10.1038/nrendo.2013.255.
- Vannuccini S, Clemenza S, Rossi M, Petraglia F. Hormonal treatments for endometriosis: The endocrine background. *Rev Endocr Metab Disord*. 2022 Jun;23(3):333-355. doi: 10.1007/s11154-021-09666-w.
- Nnoaham KE, Hummelshoj L, Webster P, d'Hooghe T, de Cicco Nardone F, de Cicco Nardone C, Jenkinson C, Kennedy SH, Zondervan KT; World Endometriosis Research Foundation Global Study of Women's Health consortium. Impact of endometriosis on quality of life and work productivity: a multicenter study across ten countries. *Fertil Steril*. 2011 Aug;96(2):366-373.e8. doi: 10.1016/j.fertnstert.2011.05.090.
- Lingegowda H, Williams BJ, Spiess KG, Sisnett DJ, Lomax AE, Koti M, Tayade C. Role of the endocannabinoid system in the pathophysiology of endometriosis and therapeutic implications. *J Cannabis Res*. 2022 Oct 7;4(1):54. doi: 10.1186/s42238-022-00163-8.
- Sanchez AM, Quattrone F, Pannese M, Ulisse A, Candiani M, Diaz-Alonso J, Velasco G, Panina-Bordignon P. The cannabinoid receptor CB1 contributes to the development of ectopic lesions in a mouse model of endometriosis. *Hum Reprod*. 2017 Jan;32(1):175-184. doi: 10.1093/humrep/dew281. Epub 2016 Nov 7.
- The use of cannabis products for the management of pain associated with gynecologic conditions Committee on clinical consensus-gynecology, ACOG 2024.



# CITTADELLA DELLA SALUTE CAMPO DI MARTE

## Oncologia integrata: un approccio multidimensionale alla cura

*L'esperienza dell'ambulatorio di Lucca mostra come l'integrazione di terapie complementari, indicazioni nutrizionali e pratiche mente-corpo possa affiancare i trattamenti oncologici convenzionali, migliorando la qualità di vita dei pazienti e sostenendo il benessere psico-fisico*

L'ambulatorio di oncologia integrata, attivo dal 2013 a Lucca presso l'ambulatorio di omeopatia, rappresenta un punto di riferimento per i pazienti oncologici in trattamento chemioterapico o radioterapico. Nato in collaborazione con la Struttura Complessa di Oncologia Medica dell'Azienda USL nord ovest, ha accolto finora 1.079 pazienti, di cui 78 sono state le prime visite solo nel 2024, con varie forme di tumore: mammella (66,5%), colon (4,6%), polmoni (3,7%) e altre sedi tumorali. I pazienti sono in prevalenza donne (87,2%) con un'età media complessiva di 57,23 anni (min 15-max 89). L'età media delle donne è di 56,4 anni, quella degli uomini è di 62,8. L'ambulatorio, condotto da Marialessandra Panozzo, medico omeopata, e supportato da un'oncologa, offre principalmente terapie omeopatiche, integrate con pratiche complementari quali l'uso di integratori a base di piante medicinali e, in diversi casi, l'agopuntura. Durante il colloquio clinico vengono fornite anche indicazioni nutrizionali personalizzate, con particolare attenzione alla riduzione dei cibi pro-infiammatori e alla promozione di corrette abitudini alimentari. La metodologia prevede sia protocolli specifici per chemioterapia e radioterapia, sia l'uso di integratori assieme al medicinale omeopatico unico selezionati in base alle caratteristiche individuali del paziente. I risultati di questo approccio sono stati presentati a congressi nazionali e internazionali dedicati all'oncologia integrata.

### Supporto della meditazione nei percorsi terapeutici

Negli ultimi anni la ricerca oncologica ha posto crescente attenzione alla qualità di vita e al benessere psicologico dei pazienti. In questo contesto, numerosi studi hanno evidenziato i benefici delle pratiche mente-corpo, inclusa la meditazione, come supporto nei percorsi terapeutici. La riduzione della fatigue e il miglioramento dell'energia fisica e psicologica, ad esempio, è stata documentata da diversi lavori scientifici sia nei pazienti oncologici sia in pazienti con patologie croniche non

oncologiche, come quelle cardiache o autoimmuni.

La meditazione aiuta la ripresa delle attività quotidiane e contribuisce a rafforzare la socializzazione, elemento cruciale per il sistema immunitario. In alcuni casi è stata osservata, già dopo otto sedute di

## Bibliografia

- Black DS, Slavich GM. Mindfulness meditation and the immune system: a systematic review of randomized controlled trials. *Ann N Y Acad Sci.* 2016 Jun;1373(1):13-24. doi: 10.1111/nyas.12998.
- Bormolini, G., Ghinassi, A., & Milanese, S. (2024). La cura spirituale. Ed Appunti di viaggio
- Carlson LE, Zelinski E, Toivonen K, Flynn M, Qureshi M, Piedalua KA, Grant R. Mind-Body Therapies in Cancer: What Is the Latest Evidence? *Curr Oncol Rep.* 2017 Aug 18;19(10):67. doi: 10.1007/s11912-017-0626-1.
- Lengacher CA, Reich RR, Post-White J, Moscoso M, Shelton MM, Barta M, Le N, Budhrani P. Mindfulness based stress reduction in post-treatment breast cancer patients: an examination of symptoms and symptom clusters. *J Behav Med.* 2012 Feb;35(1):86-94. doi: 10.1007/s10865-011-9346-4.
- Salleh, M. R. (2008). Life event, stress and illness. *The Malaysian journal of medical sciences: MJMS*, 15(4), 9.
- Sampaio CV, Lima MG, Ladeia AM. Meditation, Health and Scientific Investigations: Review of the Literature. *J Relig Health.* 2017 Apr;56(2):411-427. doi: 10.1007/s10943-016-0211-1.

**Centro di Omeopatia  
Cittadella della Salute  
Campo di Marte**

Azienda USL Toscana Nord Ovest  
Via dell'Ospedale 1 - 55100 LUCCA  
Tel. 0583 449459 - Fax 0583 970618  
medicinaintegrata.lucca@uslnordovest.toscana.it



meditazione, una riduzione del cortisolo ematico e degli effetti collaterali delle terapie oncologiche, con benefici che possono durare fino a un anno. La meditazione mostra benefici anche con semplici esercizi per principianti, come la capacità di "stare" nel silenzio e nel respiro: l'esperienza, anche breve, di rilassamento profondo e di pace influisce sull'organismo ed è in grado di modulare i neurotrasmettitori riducendo l'infiammazione di basso grado (low-inflammation) riconosciuta come fattore comune a molte patologie croniche. Numerosi studi hanno inoltre dimostrato un miglioramento della qualità del sonno, una riduzione dello stress e un potenziamento delle funzioni cognitive. La meditazione influisce positivamente sul sistema immunitario, abbassando i marcatori infiammatori e potenziando le difese immunitarie cellulo-mediate, fondamentali nella lotta contro il tumore. Questa pratica è anche un sostegno per la gestione di ansia e depressione, frequenti nei pazienti oncologici: favorisce il distacco dalle emozioni negative, la consapevolezza e la percezione di un senso di connessione più ampio, promuovendo equilibrio psichico e resilienza di fronte alla malattia. La riduzione dell'ansia e della paura diventa fondamentale per i pazienti oncologici che spesso, per la prima volta nella vita,

sperimentano la consapevolezza dell'essere mortali.

Il recupero della dimensione spirituale, non necessariamente confessionale, mediante la meditazione, è un cammino che sarebbe fondamentale per tutti, specie in una società che punta solo all'efficienza e al pragmatismo e lo è in particolare in persone affette da malattie croniche, aiutando a relativizzare la propria condizione e a concentrarsi su un senso della vita e della morte più ampio. Il percorso contribuisce a ridurre paura e angoscia, rendendo più sereno l'approccio alla malattia.

#### **Benefici per caregiver e operatori**

Anche per operatori e caregiver, spesso esposti a stress e burnout, la meditazione può rappresentare un'occasione di rigenerazione, per ritrovare uno spazio di silenzio e pace interiore. Alcune ricerche indicano poi che questa tecnica migliora la concentrazione e l'attenzione e regola le emozioni; attiva inoltre la corteccia cerebrale e l'ippocampo mentre l'amigdala riduce la sua attività. In questo modo il cervello si rimodella grazie alla sua neuroplasticità e migliora le performance intellettuali.

Infine, gli incontri di meditazione aperti a pazienti e operatori hanno anche una valenza sociale: favoriscono la creazione

di comunità solidali e reti di sostegno, aspetti fondamentali per affrontare insieme l'esperienza della malattia e della cura.

#### **Il nuovo laboratorio permanente**

Sulla base di queste evidenze e con il supporto di un'indagine di interesse tra pazienti e personale sanitario, nella primavera 2025 si sono tenuti alcuni incontri gratuiti di meditazione presso la Cittadella della Salute – Campo di Marte a Lucca, con un'ampia partecipazione di pazienti e operatori. Nel novembre 2025 sarà attivato nella stessa sede un laboratorio permanente di meditazione profonda dedicato a malati oncologici, caregiver e operatori sanitari, con sessioni di due ore (16.30 - 18.30) da tenersi due volte al mese.

Il laboratorio - condotto da Chiara Simoncini, medico esperto in meditazione profonda - si propone di rafforzare il benessere psicofisico di tutta la comunità coinvolta. La partecipazione è gratuita e riservata a pazienti oncologici, caregiver e personale sanitario, previa prenotazione obbligatoria scrivendo alla mail:

[meditazionemedcomplementare.lu@uslnordovest.toscana.it](mailto:meditazionemedcomplementare.lu@uslnordovest.toscana.it)

*Marialessandra Panozzo  
Sonia Picchi*

# CENTRO DI MEDICINA INTEGRATA OSPEDALE DI PITIGLIANO

## Le medicine complementari nelle patologie del terzo millennio

*L'approccio della medicina integrata consente di rispondere alle complesse sfide poste dalle patologie croniche del terzo millennio. Basato su protocolli personalizzati ed evidenze scientifiche, affronta le cause profonde delle malattie, ottimizza i risultati clinici, riduce il carico farmaceutico e rende il paziente co-protagonista della propria salute, con un impatto duraturo e positivo sulla qualità di vita*

La complessità crescente delle malattie croniche richiede un approccio sistemico: l'integrazione tra medicina convenzionale e medicine complementari consente di ottimizzare gli esiti clinici e ridurre il carico terapeutico.

Il contributo a questo numero di *MC Toscana* è stato ispirato dal numero crescente di pazienti cronici con multimorbilità e multiterapie afferenti ai nostri ambulatori che, nei primi 8 mesi del 2025, hanno rappresentato l'80,4% delle visite ambulatoriali. Anche per le richieste di consulenze di medicina integrata intraospedaliera, si è sempre trattato di patologie croniche in particolare dolore cronico e cefalea cronica. In ogni circostanza, i pazienti manifestano come esigenza primaria quella di ricevere un aiuto concreto perché, nonostante le terapie farmacologiche, percepiscono un livello di benessere globale molto basso e al tempo stesso vorrebbero ridurre il carico farmacologico.

Da tali osservazioni è scaturita la necessità di sviluppare un modello di medicina

integrata dedicato ai pazienti cronici, pensato per affrontare le malattie croniche non trasmissibili (NCDs) tipiche del terzo millennio. Queste patologie, caratterizzate da un incremento costante e da una genesi multifattoriale, includono diabete di tipo 2, ipertensione, malattie autoimmuni, obesità e disturbi dell'asse intestino-cervello e derivano da una complessa interazione dinamica tra fattori genetici, epigenetici, ambientali (inquinamento, alterazione dei ritmi circadiani), nutrizionali (alimentazione industrializzata) e psicologici (stress cronico).

Il modello di medicina integrata si ispira all'olismo delle medicine complementari (MC), arricchendo il modello convenzionale con l'utilizzo di queste medicine che, nello schema in uso a Pitigliano, sono omeopatia, agopuntura, fitoterapia e nutrizione nutraceutica. Il rationale si fonda sull'identificazione e correzione degli squilibri sottostanti (approccio eziologico/funzionale), sull'empowerment del paziente, sulla riduzione del carico farmacologico e sulla ricerca di una sinergia terapeutica, che ritroviamo nella condivisione del paziente con i colleghi medici convenzionali.

Nella foto: *Rhodiola rosea*



**Centro di Medicina Integrata  
Ospedale di Pitigliano**

Azienda USL Toscana Sud Est  
Ospedale di Pitigliano  
Tel. 0564 618281 618288  
rosaria.ferreri@uslsudest.toscana.it

## Esempi di applicazione clinica

Il *Rischio Cardiometabolico Globale* (obesità, insulino-resistenza, ipertensione, dislipidemia) è uno degli ambiti in cui la medicina integrata può esprimere appieno la sua potenzialità, lavorando con la nutrizione nutraceutica con focus su dieta anti-infiammatoria (Mediterranea rivisitata, digiuno intermittente), qualità dei macronutrienti, grassi sani e fibre prebiotiche per migliorare la sensibilità all'insulina e nutrire il microbioma. A ciò si affianca l'impiego di fitoterapici per il controllo glicemico/lipidico con principi attivi come la berberina (migliora sensibilità all'insulina, attiva AMPK) con effetti talvolta paragonabili alla metformina o il riso rosso fermentato per l'inibizione della HMG-CoA reduttasi, utilizzando il biancospino (proprietà cardiotoniche e ipotensive, migliorando la funzione endoteliale) e *Hibiscus sabdariffa* (azione sul metabolismo lipidico, proprietà antiobesogene) e con il contributo anche dell'agopuntura.

Il sistema nervoso autonomo svolge infatti un ruolo importante nella modulazione dell'elettrofisiologia cardiaca e dell'aritmogenesi. In generale, si ritiene che stimoli il sistema nervoso e causi il rilascio di molecole messaggere neurochimiche. I cambiamenti biochimici che ne derivano influenzano i meccanismi omeostatici dell'organismo, favorendo il benessere fisico ed emotivo. Nell'ipertensione i punti più usati sono Baihui (GV20), Fengchi (GB20), Zusanli (ST36), Quchi (LI11), Taichong (LR3), Punto auricolare dell'ipertensione mentre nella sindrome coronarica sono Xinshu (BL15), Juque (CV14), Tanzhong (CV17), Neiguan (PC6), Tongli (HT5), Shaofu (HT8). L'omeopatia, con un approccio individualizzato, contribuisce a stimolare l'autoguarigione e agisce sulla predisposizione costituzionale (ad esempio con rimedi costituzionali come *Calcarea carbonica*, *Lycopodium*, *Nux vomica*).

### Malattie Infiammatorie/Autoimmuni

(tiroidite di Hashimoto, fibromialgia, colonpatie infiammatorie e colon irritabile): il ruolo della medicina integrata è cruciale. L'intervento si concentra su una dieta anti-infiammatoria volta a riequilibrare la barriera intestinale, fattore chiave nella patogenesi autoimmune, e a ripristinare il microbioma. Anche in questo caso, la nutrizione nutraceutica punta sull'integrazione mirata di micronutrienti essenziali (Vit. D o micronutrienti carenti), sull'equilibrio dell'asse Omega3/6 per mitigare l'infiammazione influenzando sull'azione delle resolvine. La fitoterapia si orienta verso piante con proprietà immunomodulanti e adattogene quali *Rhodiola rosea* o *Withania somnifera* (Ashwagandha), molto utile per modulare lo stress e nelle tiroiditi.

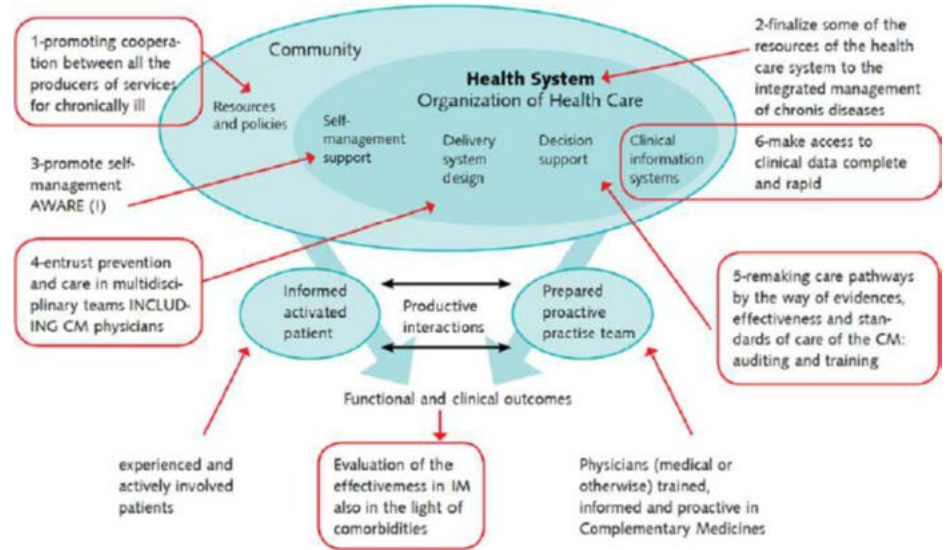


Immagine 1: Come integrare il Chronic Care Model

L'agopuntura regola l'equilibrio delle cellule immunitarie e riduce il rilascio di fattori pro-infiammatori, riduce la stimolazione dei nervi periferici, interagisce con i sistemi oppioidi e cannabinoidi per ottenere un'analgesia, bloccando la sensibilizzazione periferica. Inibisce inoltre il rilascio di sostanza P, NK-1R, IL-6, IL-1beta e TNF-alfa CGRP, riducendo l'infiammazione e alleviando dolore e stress. Punti come SP10 e LI11 KI1, GV14 sono usati per la modulazione immunitaria, mentre i punti locali trattano il dolore articolare. Infine i medicinali omeopatici possono essere utilizzati in questo caso per il ripristino dell'equilibrio energetico con la ricerca del rimedio costituzionale, ad esempio *Tuberculinum* o *Sulphur* che mirano a correggere la tendenza dell'organismo a reazioni eccessive.

### Monitoraggio dei protocolli integrati

L'efficacia dei protocolli integrati richiede un monitoraggio multimodale e dinamico che segue i principi della medicina convenzionale adottando un sistema di controllo su:

1. Parametri Clinici: parametri fisici (rapporto vita/fianchi, IMC, pressione, visita cardiologica, visita reumatologica ecc.); rilevazione della qualità della vita, benessere fisico e psicologico (PCS/MCS) attraverso l'SF-12
2. Valutazione soggettiva dei sintomi (ESAS scale)
3. Parametri di Laboratorio:
  - metabolici: HbA1c, HOMA-IR, profilo lipidico, hs-CRP (per l'infiammazione di basso grado).
  - infiammatori/immunitari: VES, PCR, autoanticorpi specifici.

- biochimici /nutrizionali/funzionali: livelli dei metaboliti, test specifici in base al paziente.

Il percorso terapeutico ha una durata minima di 1-2 anni, con controlli clinici mensili o bimestrali e indagini di laboratorio chiave ripetute ogni 2-4 mesi. Ogni valutazione è condivisa nel team di medicina integrata e, se possibile, la terapia convenzionale è adattata alle nuove condizioni cliniche. Per promuovere questa impostazione clinica sono previsti nel 2026 incontri su tematiche di attualità sanitaria, non soltanto le medicine complementari già in uso, ma anche discipline del benessere come il *caring massage*. Il paradigma della medicina integrata rappresenta, a nostro giudizio, la risposta più appropriata alle sfide delle patologie croniche del terzo millennio, come descritto nell'articolo pubblicato su *Integrative Medicine Report* nel 2024 (1), da cui è tratta l'immagine 1. Basato su protocolli personalizzati ed evidenze scientifiche, questo approccio affronta le cause profonde delle malattie, ottimizza i risultati clinici, riduce il carico farmaceutico e rende il paziente protagonista consapevole della propria salute, favorendo un miglioramento significativo e duraturo della qualità di vita. La ricerca e la formazione multidisciplinare sono condizioni essenziali per la diffusione di questo modello.

Rosaria Ferreri, Franco Cracolici, Chiara Bocci, Giuseppe Tocci

1. Gino Santini, Rosaria Ferreri, and Francesco Macri. The Scientific (but Also Logical) Basis for Integrated Medicine. *Integrative Medicine Reports* 2024 3:1, 54-58.

# APPUNTAMENTI

**21-22 OTTOBRE 2025**

## **III Congresso mondiale**

*Medicine tradizionali, complementari e integrative*

Rio de Janeiro, Brasile

**Organizzano:**  
Brazilian Academic Consortium for Integrative Health (CABSIN), European Society for Integrative Medicine (ESIM), International Society for TCIM Research (ISCMR)

**Info:**  
general@wctcim.cabsin.org.br  
<https://wctcim.cabsin.org.br/new/>

**27-29 OTTOBRE 2025**

## **XXII Conferenza internazionale**

*The future of integrative oncology: bridging cultures, embracing and fostering unity*

Residence Inn Boston Back Bay/Fenwa Boston USA

**Organizza:**  
Society of Integrative Oncology SIO

**Info:**  
<https://integrativeonc.org/sio-2025-conference/>

**15 NOVEMBRE 2025**

## **Convegno**

*Nutraceutica e salute  
Innovazione, Evidenze  
e Prospettive*

Grand Hotel Adriatico,  
Via Maso Finiguerra, 9 - Firenze,

**Organizza:**  
SIOMI Società italiana di omeopatia e medicina integrata

**Info:**  
F.I.M.O. Srl  
Tel. 055 6800389  
info@fimo.biz - www.fimo.biz

**21 NOVEMBRE 2025**

## **Corso formativo**

*Studio e approfondimento di alcuni punti di agopuntura dei Meridiani primari e secondari nella pratica clinica*

**Organizza:**  
Azienda USL Toscana centro

ore 9-17  
Presidio sanitario di San Salvi (Aula Primavera), Firenze

**Info:**  
fiordipugna@uslcentro.toscana.it

**28 NOVEMBRE 2025**

## **Seminario**

*Gestione integrata della sindrome fibromialgica*

**Organizza:**  
Centro regionale per la medicina integrata in collaborazione con Formas

Villa La Quiete, Firenze  
ore 14-18

**Info:**  
info@formas.toscana.it  
<https://www.formas.toscana.it/formazione-residenziale/>

**20-22 MARZO 2026**

## **XXII Congresso Nazionale FIAMO**

*L'attualità di Hahnemann in Medicina*

Palazzo dei Congressi,  
Orvieto

**Info:**  
<https://www.fiamo.it/xxii-congresso-nazionale-fiamo-2026/>  
congresso@fiamo.it

# Nutraceutica strumento integrato per la salute

La nutraceutica ha un ruolo sempre più rilevante nella promozione e nella tutela della salute di bambini e adulti. Per medici, pediatri e professionisti sanitari in generale, è fondamentale innanzitutto distinguere con chiarezza tra integratori alimentari, nutraceutici, alimenti funzionali, *novel food* e farmaci vegetali, comprendendo al tempo stesso come integrarli in un approccio che unisca modifiche dello stile di vita e terapie farmacologiche.

Il volume curato da Gianfranco Trapani unisce rigore scientifico e visione integrata della salute, proponendosi come uno strumento concreto a disposizione dei professionisti per inserire i nutraceutici nella pratica quotidiana. In un contesto in cui la prevenzione, l'alimentazione consapevole e gli approcci multidisciplinari sono centrali, il libro rappresenta una guida aggiornata, scientificamente solida e orientata alla clinica.

L'opera è strutturata in tre sezioni: definizioni generali e inquadramento dei concetti chiave; schede di rapida consultazione sui principali nutraceutici in commercio; pratica clinica, con indicazioni per la prevenzione e il supporto terapeutico, con strumenti operativi per l'attività sanitaria quotidiana.

Per contrastare la diffusione di miti e aspettative infondate, il testo espone evidenze scientifiche e studi clinici che illustrano efficacia, limiti e opportunità dei nutraceutici nei vari ambiti della salute. Questo approccio consente di comprendere in modo chiaro e pragmatico il ruolo della nutraceutica all'interno di strategie integrate e percorsi terapeutici personalizzati. "L'obiettivo iniziale è stato offrire una classificazione organica dei prodotti in commercio, per orientare i professionisti della salute – spiega l'autore –. Un altro intento fondamentale è stato rendere la materia fruibile: ogni sostanza è descritta in base a origine, composizione e definizione; per i botanicals sono riportati famiglia, genere, parte utilizzata e tempo balsamico, cioè il periodo in cui la pianta produce la maggiore quantità di principi attivi, senza tralasciare gli effetti collaterali e le possibili interazioni farmacologiche, centrali per la sicurezza". Nella parte clinica, il libro sottolinea come le informazioni riportate, in particolare su posologie e indicazioni, debbano essere sempre adattate al singolo paziente.

La nutraceutica non si propone come sostitutiva del farmaco di sintesi, ma come supporto e integrazione. Il volume include il contributo di medici specialisti che hanno collaborato alla stesura di capitoli tematici,

garantendo l'approccio multidisciplinare. Gianfranco Trapani, medico pediatra esperto in nutrizione e medicine complementari, è professore a contratto presso il Master di II livello dell'Università di Torino, editor in chief della rivista *Pediatrics 360°* e responsabile del gruppo di ricerca sulla Nutraceutica per AINPed (Associazione Italiana Nutraceutica in Pediatria). Ha pubblicato oltre 30 libri professionali e divulgativi.



**La nutraceutica nella pratica clinica.**  
Integrazione e prevenzione  
Gianfranco Trapani  
Tecniche Nuove 2025

## Manuale di agopuntura

Il volume raccoglie oltre quarant'anni di esperienze cliniche e di ricerca nel campo dell'agopuntura, frutto dell'eredità di medici di fama internazionale, sia cinesi sia occidentali, che hanno rappresentato un punto di riferimento per la formazione e la crescita professionale degli autori. Il Manuale di agopuntura nasce come un ponte tra tradizione e innovazione, tra la vecchia e la nuova generazione di professionisti. È concepito come uno strumento pratico per il medico agopuntore che desidera ampliare le proprie competenze, approfondendo strategie e schemi terapeutici con uno sguardo rivolto alla clinica quotidiana.

Con un approccio funzionale e diretto, gli autori condividono intuizioni, tecniche e protocolli che hanno dimostrato efficacia nel corso delle loro carriere. Ne risulta un manuale ricco di riferimenti operativi, pensato per supportare concretamente la pratica ambulatoriale.

**Manuale di agopuntura.**  
**Strategie e schemi di terapia per la pratica quotidiana**  
Carlo Maria Giovanardi, Umberto Mazzanti, Maria Letizia Barbanera, Alessandra Poini, Eleonora Marchi, Giuseppe Tallarida.  
Edra 2025.



# NEWS

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

## DALLE REGIONI

### Ospedale di Rimini: agopuntura contro il dolore cronico

Per i pazienti affetti da dolore cronico e condizioni resistenti ai trattamenti farmacologici convenzionali è stato attivato in Emilia Romagna, presso l'ospedale Infermi di Rimini, un ambulatorio di agopuntura. Al centro è affidata la presa in carico dei cittadini con cronicità, con l'obiettivo di "integrare questa terapia nei percorsi di cura esistenti, offrendo un'alternativa complementare e personalizzata per affrontare diverse patologie e migliorare il benessere generale". L'attivazione del servizio, si legge in un comunicato dell'Ausl Romagna, si inserisce nel percorso già attuato con successo in altre sedi, in coerenza con le indicazioni della giunta regionale, e avvalorato dai nuovi livelli essenziali di assistenza (Lea) nazionali. L'ambulatorio è gestito da un team di medici diplomati in agopuntura e iscritti alla sezione

'Agopuntura' della Medicina complementare dell'Ordine dei Medici provinciale di Rimini. "La crescente domanda di terapie complementari da parte dei pazienti affetti da dolore anche nel nostro territorio fa prevedere che il progetto incontrerà il favore dei cittadini utenti", ha detto la referente del progetto Donatella Righetti. L'agopuntura, ha aggiunto, ha tra le principali indicazioni le patologie croniche e soprattutto diventa "un'opportunità di trattamento per i pazienti sottoposti a politerapia, dove spesso gli effetti terapeutici sono condizionati da importanti effetti collaterali e dove la presenza di più comorbidità può controindicare trattamenti di medicina convenzionale". Con questo nuovo servizio l'ospedale di Rimini, ha spiegato la direttrice Francesca Raggi, "conferma il suo impegno nell'innovazione clinica e nella personalizzazione della cura, in linea con un approccio multidisciplinare e centrato sulla persona, mettendo al centro il benessere e la qualità di vita dei pazienti".

È il medico di base o lo specialista a richiedere una visita in Terapia antalgica, con cui in base alla valutazione clinica, i medici possono candidare i pazienti al trattamento di agopuntura e prenderli in carico direttamente.

### Campania: nuovo servizio di agopuntura

A partire dal 1° settembre 2025, è attivo l'ambulatorio di agopuntura afferente alla UOC di Anestesia e Rianimazione dell'ospedale di Oliveto Citra. Il servizio eroga prestazioni che i cittadini possono prenotare tramite il CUP, ogni lunedì dalle ore 14 alle ore 20. Secondo gli organizzatori del servizio, "questa metodica è finalizzata a stimolare le capacità naturali di autoguarigione dell'organismo, con particolare efficacia per dolore cronico, malattie muscoloscheletriche, insonnia e disturbi dell'umore, problemi respiratori e nausea".



## DALL'ITALIA

### Agopuntura nella profilassi dell'emicrania

Nell'Azienda Sanitaria Locale Cuneo 1 (Asl CN1) la ricerca scientifica mira ad affiancare i tradizionali percorsi di cura con aspetti innovativi anche attraverso l'utilizzo delle nuove tecnologie.

Gli ambiti di ricerca sono prevalentemente di tipo clinico – neuropsichiatria, ortopedia, terapia antalgica, cardiologia, medicina interna, chirurgia, nefrologia, oncologia, ginecologia – associati a un impegno importante di ricerca nella promozione della salute e nella riabilitazione delle persone con patologie croniche.

Prevenzione, cura e riabilitazione sono le parole chiave della ricerca scientifica condotta in questa Asl, il cui tratto comune è la ricaduta sulla salute e sulla qualità di vita dei residenti. Nell'ambito delle cronicità, un esempio è l'utilizzo dell'agopuntura per la riduzione degli episodi di emicrania cronica, che è stata oggetto di un trial clinico condotto dalla struttura di Terapia Antalgica e Gestione Accessi Venosi Centrali.

Presentato al convegno AMIAR (Associazione Medica per l'insegnamento dell'Agopuntura e delle Riflessoterapie) 2023 a Torino, il trial ha mostrato l'efficacia dell'agopuntura nel ridurre gli attacchi di emicrania cronica rispetto ai trattamenti tradizionali, quanto il blocco del nervo grande occipitale e/o il semplice utilizzo di farmaci. Si tratta di un risultato importante, dato che la Legge 81/2020 include l'emicrania cronica tra le malattie sociali e auspica la sperimentazione di metodi innovativi per contrastarla.

## DALL'EUROPA

### Germania: nuovo traguardo per la medicina integrata

Secondo i dati diffusi dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, circa l'80% della popolazione mondiale ricorre ancora oggi alla medicina tradizionale e un numero crescente di strutture sanitarie a livello internazionale inserisce le terapie complementari nei propri percorsi di cura. Per approfondire i meccanismi d'azione delle pratiche integrate, sviluppare approcci terapeutici innovativi e rafforzare la collaborazione tra discipline diverse, l'Università Charité di Berlino ha fondato il *Charité Competence Center for Traditional and Integrative Medicine* (CCCTIM), la più grande istituzione europea dedicata alla ricerca e alla valutazione scientifica della medicina tradizionale e integrata in ambito



accademico.

Durante la cerimonia inaugurale, il direttore del CCCTIM, Professor Georg Seifert, ha detto: "Stiamo creando un centro di eccellenza per la medicina integrata con un orientamento fortemente scientifico ed è un passo cruciale a livello globale. Oggi abbiamo la possibilità di definire standard e di contribuire in modo attivo al loro sviluppo futuro". Ispirata a pratiche naturopatiche e tradizionali confortate da solide basi di evidenza scientifica, la visione del CCCTIM si concentra sulla transizione verso un sistema sanitario orientato alla prevenzione. Questo obiettivo si inserisce nella più ampia Strategia di prevenzione Charité 2030. Una strategia che promuove l'idea di salute come processo dinamico di adattamento e prevenzione, con l'essere

Georg Seifert, direttore del CCCTIM (a sinistra), Friede Springer (centro) e Heyo K. Kroemer all'inaugurazione del centro.



umano considerato nella sua interezza.

"Il nuovo centro offrirà un contributo determinante a un modello sanitario sostenibile e centrato sul paziente" – ha dichiarato Heyo K. Kroemer, Presidente del Consiglio di Amministrazione della Charité – "Il nostro intento è ripensare le modalità di assistenza e questa iniziativa è una tappa fondamentale in questa direzione". Accanto alla valutazione scientifica delle terapie integrate, una delle missioni del centro è favorire il trasferimento delle conoscenze nella pratica clinica e nella formazione dei professionisti sanitari, costruendo una piattaforma affidabile per esplorare in modo sistematico il potenziale delle terapie tradizionali e complementari, in sinergia con la medicina convenzionale. Di fronte alle sfide globali per la salute, ai cambiamenti climatici e alla perdita di biodiversità, la medicina integrata svolge un ruolo sempre più strategico: "Per affrontare le attuali sfide sanitarie sono necessarie soluzioni innovative", ha detto F. Springer ringraziando la Charité per l'impegno in un progetto di questa portata. Anche l'OMS riconosce la necessità di un approccio scientifico alla medicina integrata: il Centro Globale di Medicina Tradizionale con sede in India è stato creato con l'obiettivo di sviluppare e validare terapie basate sull'evidenza nell'ambito tradizionale e complementare per promuovere una sanità più sostenibile, olistica e orientata alla prevenzione. In questo scenario, il CCCTIM potrebbe ricevere presto il riconoscimento ufficiale di Centro Collaboratore dell'OMS.

## Confermata la copertura delle medicine complementari in Svizzera

La Svizzera ha scelto di mantenere nel catalogo delle prestazioni rimborsabili dall'assicurazione sanitaria di base (LAMal) omeopatia, agopuntura, fitoterapia, medicina antroposofica e medicina tradizionale cinese.

La decisione è arrivata a metà giugno 2025, quando il Consiglio degli Stati – il Senato svizzero – ha respinto una mozione che proponeva di escludere queste pratiche complementari dal sistema di rimborso. In questo modo viene confermato l'indirizzo espresso dai cittadini della Confederazione elvetica con il referendum del 2009, quando oltre due terzi degli elettori si erano dichiarati favorevoli all'integrazione delle medicine complementari nel servizio sanitario pubblico.

Queste terapie continueranno a essere rimborsabili purché prescritte e praticate da medici con una formazione specialistica riconosciuta. In particolare, agopuntura e omeopatia resteranno automaticamente coperte dall'assicurazione sanitaria di base.

## Ruolo di alcune vitamine nella progressione del glaucoma

Il glaucoma è una malattia oculare che danneggia in modo grave il nervo ottico, provocando limitazioni della visione periferica che possono portare a cecità. Colpisce circa 64 milioni di persone nel mondo ed è una delle principali cause di disabilità visiva dopo la cataratta. In Italia, si stima che circa un milione di persone ne sia colpito, anche se la metà dei malati non ne sarebbe a conoscenza.

Studi recenti del Karolinska Institutet di Stoccolma, in Svezia su modelli animali hanno ipotizzato che gli integratori di vitamine B6, B9, B12 e colina potrebbero rallentare la progressione del glaucoma, indicandone i potenziali benefici terapeutici (Cell Reports Medicine). È stato dunque avviato uno studio clinico su pazienti con glaucoma primario ad angolo aperto a progressione lenta e glaucoma pseudoesfoliativo a progressione più rapida, per confermare i risultati sull'uomo.

**Fonte:** Tribble J. R. et al., Dysfunctional one-carbon metabolism identifies vitamins

B6, B9, B12 and choline as neuroprotective in glaucoma. Cell Reports Medicine 2025, Volume 6, Issue 5, 102127.

### DAL MONDO

## Agopuntura e insonnia cronica

Una recente revisione sistematica con metanalisi ha valutato l'effetto della risposta placebo all'agopuntura sugli indici soggettivi e oggettivi del sonno in pazienti affetti da insonnia cronica (Chronic Insomnia Disorder, CID), per approfondire l'efficacia clinica dell'agopuntura nel trattamento di questa condizione.

A tal fine è stata condotta una ricerca in otto database fino al 17 marzo 2025. Due ricercatori indipendenti hanno esaminato la letteratura, estratto i dati rilevanti e valutato la qualità metodologica degli studi. Sono stati inclusi 10 studi per un totale di 757 pazienti. L'agopuntura ha mostrato un miglioramento statisticamente significativo nella qualità soggettiva del sonno rispetto all'agopuntura falsa, come evidenziato dai punteggi del





Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) [ $p < 0,00001$ ] e dell'Insomnia Severity Index (ISI) [ $p = 0,0005$ ]. Le analisi sequenziali degli studi hanno confermato la stabilità dei risultati. Le analisi di sottogruppo hanno mostrato che sia l'agopuntura manuale sia l'elettroagopuntura sono superiori alla agopuntura sham nel migliorare i punteggi PSQI [agopuntura manuale:  $p < 0,00001$ ; elettroagopuntura:  $p < 0,00001$ ] e ISI [agopuntura manuale:  $p = 0,02$ ; elettroagopuntura:  $p = 0,002$ ].

Negli indici oggettivi del sonno non è stata riscontrata una differenza statisticamente significativa nel tempo totale di sonno tra agopuntura e agopuntura sham [ $p = 0,47$ ]. L'agopuntura ha mostrato una maggiore efficienza del sonno e una riduzione del tempo di veglia dopo l'addormentamento [efficienza del sonno:  $p = 0,009$ ; tempo di veglia:  $p = 0,0007$ ]. Tuttavia, l'analisi sequenziale ha evidenziato limitazioni dovute alle dimensioni ridotte del campione, che non consentono di trarre conclusioni definitive per gli esiti oggettivi.

L'agopuntura si è dimostrata efficace nel migliorare la qualità soggettiva del sonno nei soggetti con insonnia cronica rispetto alla falsa agopuntura, ma le evidenze relative al miglioramento degli indici oggettivi del sonno non sono conclusive e sono necessari

ulteriori studi clinici randomizzati di qualità e su larga scala per confermare questi risultati.

**Fonte:** Yu Y, Li X, Zhu Z, Wang Y, Xi Q, Qiu J, Xu Y, Liang R, Guo Y, Zhang M. Acupuncture for chronic insomnia disorder: a systematic review with meta-analysis and trial sequential analysis. *Front Neurol.* 2025 Apr 30;16:1541276.

### **India: omeopatia vs cure convenzionali**

Tra il 2018 e il 2021, presso il Jeeyar Integrated Medical Services Hospital di Telangana, in India, è stato condotto uno studio clinico pragmatico, randomizzato e controllato per confrontare l'efficacia del trattamento primario omeopatico rispetto a quello convenzionale nelle malattie acute di bambini dalla nascita a 24 mesi. Sono stati coinvolti 108 neonati: alla dimissione dall'ospedale, i bambini sono stati assegnati casualmente a uno dei due gruppi: gruppo omeopatico, trattato principalmente con medicinali omeopatici con la possibilità di integrare la medicina convenzionale quando clinicamente necessario; gruppo convenzionale, trattato

secondo le pratiche mediche standard. Medici e genitori non erano in cieco rispetto al tipo di trattamento ricevuto dai bambini.

I dati raccolti hanno evidenziato che i bambini trattati con omeopatia hanno avuto meno giorni di malattia ( $p < 0,001$ ) e hanno registrato un minor numero di episodi di malattia ( $p = 0,013$ ). Le malattie respiratorie sono state meno frequenti nel gruppo omeopatico, che ha richiesto un uso minore di antibiotici con costi complessivi di trattamento inferiori.

**Fonte:** Oberbaum, M., Chaudhary, A., Ponnampalnam, H.B. et al. Homoeopathy vs. conventional primary care in children during the first 24 months of life—a pragmatic randomised controlled trial. *Eur J Pediatr* 183, 5455–5465 (2024). <https://doi.org/10.1007/s00431-024-05791-1>

### **Trattamento della lombalgia con agopuntura**

La lombalgia cronica negli anziani è la principale causa di disabilità a livello mondiale e colpisce in maniera crescente la popolazione over 65. Negli Stati Uniti

riguarda oltre un terzo degli adulti in questa fascia di età, con spese sanitarie superiori a 134 miliardi di dollari l'anno.

Secondo un recente studio pubblicato su *Jama Network*, l'agopuntura può essere un trattamento efficace per questa condizione. Lo studio - randomizzato a gruppi paralleli e 3 bracci - ha coinvolto 800 partecipanti, con una età media di 74 anni, suddivisi in tre gruppi: cure standard, un ciclo di agopuntura standard di 8-15 sedute in 12 settimane, oppure agopuntura potenziata con ulteriori sedute di mantenimento nei 3 mesi successivi. L'outcome primario valutava la variazione della disabilità correlata al mal di schiena con il Roland-Morris Disability Questionnaire; gli outcome secondari includevano l'intensità del dolore, la qualità della vita, i sintomi d'ansia e

depressione e la sicurezza.

Dopo 6 mesi di trattamento, circa il 40% dei pazienti sottoposti ad agopuntura ha mostrato un miglioramento clinicamente rilevante della disabilità, versus meno del 30% di chi seguiva soltanto le terapie standard. Il vantaggio si è mantenuto a distanza di un anno, evidenziando che gli effetti dell'agopuntura non si esauriscono a breve termine.

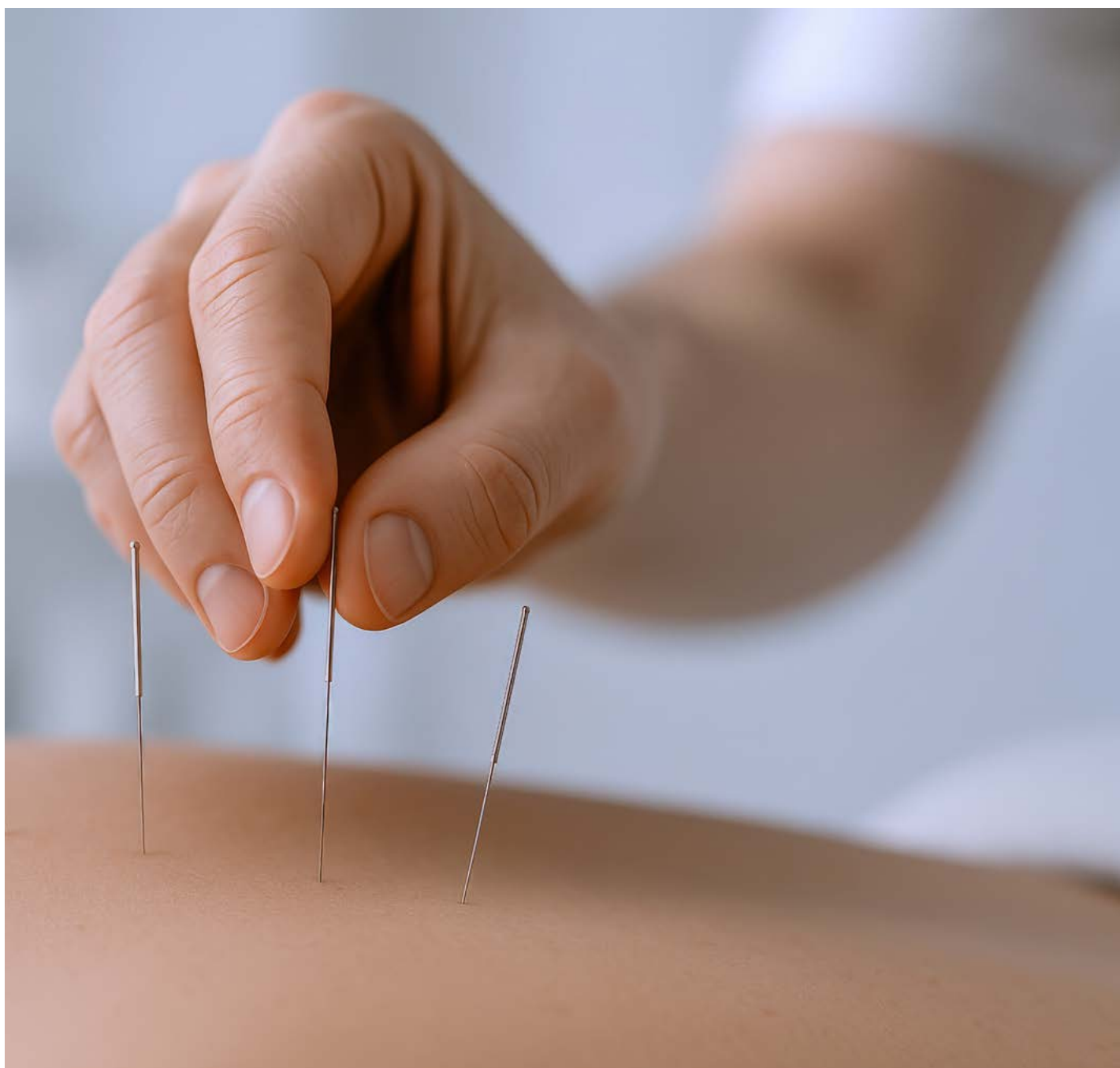
Nei gruppi trattati con agopuntura è stata osservata inoltre una riduzione dell'intensità del dolore ed è migliorata la capacità di affrontare le attività quotidiane. Circa la metà dei pazienti ha dichiarato di sentirsi "moderatamente o molto meglio" rispetto a inizio dello studio, una percentuale nettamente superiore a quella registrata tra i partecipanti sottoposti a cure standard.

Nei questionari relativi alla salute mentale, i soggetti trattati con agopuntura hanno riportato anche una riduzione dei sintomi d'ansia.

Gli eventi avversi dell'agopuntura, inferiori all'1%, sono stati rari, nella maggior parte dei casi di lieve entità e in generale si sono risolti spontaneamente senza ulteriori interventi.

Sono necessari ulteriori studi su popolazioni diverse e con follow-up più lunghi per confermare questi dati.

**Fonte:** DeBar LL, Wellman RD, Justice M, et al. Acupuncture for Chronic Low Back Pain in Older Adults: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open*. 2025;8(9):e2531348. doi:10.1001/jamanetworkopen.2025.31348.





**PER LEGGERE IL NOTIZIARIO ON-LINE:**

Scansiona il QR-Code con il tuo smartphone  
oppure digita sul tuo browser la URL

<https://www.regione.toscana.it/-/notiziario-regionale-delle-medicine-complementari>

**PER RICEVERLO:**

Tel. 0583 449459 - e-mail: [medicinaintegrata.lucca@uslnordovest.toscana.it](mailto:medicinaintegrata.lucca@uslnordovest.toscana.it)



**CRMI**

Centro Regionale per la Medicina Integrata



Distribuzione gratuita  
Tiratura 2.300 copie

Registrazione del Tribunale di Lucca  
n. 769 Reg. Periodici del 19-22/03/04

**Direttore Responsabile:** *Mariella Di Stefano*

**Collaboratori:** Sirio Del Grande, Mariella Di Stefano,  
Elisabetta Barbara Cortesi, Elio Rossi.

**Redazione:** Ambulatorio di Omeopatia Azienda USL Toscana Nord Ovest  
Via dell'Ospedale, 1 - 55100 Lucca Tel. 0583 449459  
Mail: [medicinaintegrata.lucca@uslnordovest.toscana.it](mailto:medicinaintegrata.lucca@uslnordovest.toscana.it)

**Comitato scientifico:** Angelamaria Becorpi, Serena Consigli, Tommaso Conti, Franco Cracolici,  
Rosaria Ferreri, Carmelo Pasquale Guido, Marialessandra Panozzo, Elio Rossi.

**Grafica e impaginazione:** Massimiliano Ferrini. **Progetto grafico:** Netseven s.r.l. - Pisa.  
**Stampa:** Tipografia Francesconi, Lucca.