Dolore cronico: lâ€™alimentazione Ã¨ una potente alleata delle terapie farmacologiche

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Commento a:
Nijs J, Tumkaya Yilmaz S, Elma Ö, Tatta J, Mullie P, Vanderweeën L, Clarys P, Deliens T, Coppieters I, Weltens N, Van Oudenhove L, Huysmans E, Malfliet A.
Nutritional intervention in chronic pain: an innovative way of targeting central nervous system sensitization?
Expert Opin Ther Targets. 2020 Aug;24(8):793-803. doi: 10.1080/14728222.2020.1784142. Epub 2020 Jun 28

Valutare l'impatto della qualità dell'alimentazione sul dolore cronico: è questo l'obiettivo dello studio coordinato da Jo Nijs e Anneleen Malfliet, ed espressione, fra gli altri, della Vrije Universiteit di Bruxelles (Belgio) e dell'Istituto di Neuroscienze e Fisiologia presso l'Università di Göteborg, Svezia.
La ricerca parte dalla considerazione che:
- la **neuroinfiammazione** ha un ruolo importante nella genesi e nel mantenimento del dolore cronico, attraverso l'attivazione delle cellule della glia;
- la correlazione fra alimentazione e **sensibilizzazione centrale** è mediata da interazioni bidirezionali fra intestino e cervello.
Questa visione può generare un razionale per lo sviluppo di **trattamenti innovativi del dolore cronico**, a livello di interventi nutrizionali e terapie farmacologiche.
Ecco le principali considerazioni emerse dal confronto fra gli esperti coinvolti nel progetto:
- i **neuroni vagali afferenti** trasmettono al cervello informazioni sull'introito alimentare, lo status nutrizionale e l'infiammazione periferica; questi dati, se necessario, contribuiscono ad attivare la **microglia**;
- un'alimentazione a basso contenuto di **grassi saturi** e **zuccheri aggiunti** può ridurre lo stress ossidativo, prevenendo l'attivazione dei **Toll-Like Receptor** (proteine con un ruolo importante nell'immunità innata) e, conseguentemente, della glia;
- un modello dietetico di questo tipo, inoltre, può bloccare il rilevamento delle **citochine pro-infiammatore** associate alla dieta occidentale, impedendo alle fibre vagali afferenti di segnalare lo stato infiammatorio periferico al cervello, e ridurre la produzione di **poliammine** da parte del microbiota intestinale, essenziali per la sensibilizzazione del sistema nervoso centrale.
Studi preclinici confermano che una strategia alimentare di questo tipo può effettivamente inibire la neuroinfiammazione e ridurre la sensibilizzazione centrale nel trattamento del **dolore cronico oncologico e non oncologico**.