

Dolore neuropatico cronico: integratori e vitamine non sono un toccasana

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Commento a:

Frediani JK, Lal AA, Kim E, Leslie SL, Boorman DW, Singh V.

The role of diet and non-pharmacologic supplements in the treatment of chronic neuropathic pain: a systematic review

Pain Pract. 2024 Jan;24(1):186-210. doi: 10.1111/papr.13291. Epub 2023 Aug 31. PMID: 37654090

Valutare l'efficacia di interventi dietetici, vitamine e integratori alimentari nella gestione del dolore neuropatico cronico negli adulti: è questo l'obiettivo della review sistematica condotta da un team di ricercatori della Emory University di Atlanta (USA).

La studio ha seguito le linee guida PRISMA ed è stato condotto su dieci database, fra cui Embase.com, MedLine e Web of Science. Sono stati presi in considerazione gli studi pubblicati tra il 2000 e il 2021. Il rischio di bias è stato valutato applicando i criteri del Cochrane Handbook, mentre il Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation (GRADE) è stato utilizzato per determinare la qualità complessiva delle evidenze.

Quaranta studi sono stati inclusi nella revisione finale e i risultati sono stati categorizzati in base al tipo di dolore:

- **neuropatia periferica indotta da chemioterapia** (22 studi, di cui 3 coorti prospettiche);
- **neuropatia periferica diabetica** (13 studi, di cui 2 prospettici);
- **sindrome dolorosa regionale complessa** (3 studi, di cui 1 prospettico);
- **altre forme di dolore** (2 studi, entrambi RCT).

Gli studi sulla **neuropatia periferica indotta da chemioterapia** vertevano sull'utilizzo di gosha-jinki-gan (una miscela giapponese di erbe, 4 studi), vitamina E (5), vitamina B12 (3), glutammmina (3), N-acetilcisteina (2), acetil-L-carnitina (2), ninjin'yoito (un tradizione rimedio giapponese, 1), acido alfa-lipoico (1), L-carnosina (1), magnesio e calcio (1), crocina (1) e antiossidanti (1). Tutti questi studi sono stati condotti in relazione a diversi tipi di tumore e chemioterapie, e tutti si concludono consigliando cautela sulla possibilità di generalizzare i risultati.

Gli studi sulla **neuropatia periferica diabetica** riguardavano interventi con acido alfa-lipoico (5 studi), vitamina B12 (3), acetil-L-carnitina (3), vitamina E (1), vitamina D (2) e una dieta a base vegetale a basso contenuto di grassi (1). La vitamina C è stata studiata anche per la cura della **sindrome dolorosa regionale complessa** (3 studi, di cui 1 prospettico). Magnesio (1) ed erba di San Giovanni (1) sono stati studiati per le altre neuropatie.

Questi, in estrema sintesi, i risultati. Le evidenze raccolte non consentono di raccomandare l'uso di alcun integratore per la gestione della **neuropatia periferica indotta da chemioterapia**, sebbene siano opportune ulteriori ricerche su N-acetil-cisteina, L-carnosina, crocina e magnesio. In particolare:

- l'acetil-L-carnitina è risultata inefficace, se non dannosa;
- l'acido alfa-lipoico non è risultato efficace;
- gli studi con gosha-jinki-gan, vitamina B12, vitamina E e glutammina hanno avuto risultati contrastanti in termini di efficacia, e uno studio sul gosha-jinki-gan lo ha considerato addirittura dannoso;
- ninjin'yoito e antiossidanti hanno mostrato vari gradi di potenziale efficacia.

Per quanto riguarda la **neuropatia periferica diabetica**, la review supporta l'uso di acido alfa-lipoico, acetil-L-carnitina e vitamina D. Anche l'uso precoce della profilassi con vitamina C per lo sviluppo della **sindrome dolorosa regionale complessa** sembra promettente. Sono comunque necessarie ulteriori ricerche per confermare questi risultati.

Benché le conclusioni siano quasi completamente negative, **questo studio è prezioso** perché tenta di sgombrare il campo da molte fake che circolano in Rete e non solo, e soprattutto da molte illusioni alimentate nelle persone affette da dolore cronico circa la presunta efficacia di sostanze prive di una reale indicazione oppure importate di peso, e senza la dovuta sperimentazione, da altri settori della Medicina.