Regione Toscana

ANNO **XXII** - NUMERO **57** - Maggio 2025
DISTRIBUZIONE GRATUITA

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

ONCOLOGIA INTEGRATA: IL GRADIMENTO DEGLI OPERATORI

MEDICINA INTEGRATA E MATERNITÀ

STUDIO FAIR-AC: L'AGOPUNTURA NELLA GESTIONE DELLA FATIGUE

AGOPUNTURA NEI PAZIENTI ONCOLOGICI: ANALISI DEI PUNTI DI TRATTAMENTO

CENTRO DI MTC FIOR DI PRUGNA UNA STORIA LUNGA TRENT'ANNI

MENOPAUSA IATROGENA E MEDICINE COMPLEMENTARI: APPROCCIO INTEGRATO NELLA GESTIONE DEI SINTOMI

Elio Rossi
Responsabile Centro regionale
per la medicina integrata

Oncologia e medicina integrata in Toscana: 15 anni di collaborazione al servizio dei pazienti

Un'esperienza istituzionale consolidata tra il settore delle medicine complementari e integrate e il mondo dell'oncologia, con risultati concreti su protocolli, formazione e percezione positiva da parte dei sanitari

La collaborazione tra il settore delle medicine complementari e integrate (MCI) della Regione Toscana e il mondo dell'oncologia, in particolare con l'Istituto Toscano Tumori (oggi ISPRO – Istituto per lo Studio, la Prevenzione e la Rete Oncologica), ha alle spalle una storia di oltre 15 anni. Questo percorso è infatti iniziato nel 2009-2010 con la creazione di un gruppo di lavoro congiunto tra esperti di medicina complementare e oncologi, incaricato di analizzare la letteratura scientifica sull'uso della medicina integrata per ridurre gli effetti collaterali delle terapie antineoplastiche e migliorare la qualità della vita dei pazienti oncologici.
Tra i principali risultati istituzionali di questa sinergia si segnalano la Delibera della Giunta Regionale n. 418/2015, l'integrazione di contenuti specifici nei PDTA del tumore della mammella (Decreti n. 38 del 19/03/2019, n. 2986 del 26/02/2021, n. 8098 del 15/04/2024), e soprattutto la pubblicazione del PDTA "La medicina integrata per il malato oncologico" nel 2021, attualmente in fase di aggiornamento.
Numerose anche le iniziative congressuali, realizzate con grande partecipazione di oncologi, professionisti delle MCI e operatori sanitari del Servizio Sanitario Regionale toscano. A ciò si aggiungono eventi formativi in collaborazione con il Laboratorio Regionale per la Formazione Sanitaria (FORMAS).
L'ultimo di questi ha avuto come focus l'utilizzo delle medicine integrate per mitigare gli effetti collaterali delle più recenti terapie oncologiche: immunoterapia, farmaci a bersaglio molecolare, anticorpi monoclonali, terapie cellulari in oncoematologia.
Uno dei risultati più rilevanti di questa collaborazione è il miglioramento della qualità del rapporto tra oncologi e operatori sanitari a contatto, diretto o indiretto, con gli ambulatori di oncologia integrata, presenti secondo l'ultimo censimento in 19 sedi sul territorio toscano, con oltre 11.700 prestazioni erogate ogni anno.
Nell'autunno scorso, il Gruppo di lavoro ha proposto di valutare la percezione dell'utilità di tali attività da parte del personale sanitario. L'iniziativa, approvata dalla Direzione di ISPRO, si è concretizzata nella diffusione di un questionario rivolto principalmente agli oncologi che collaborano con le strutture di medicina integrata regionali. I risultati di questa indagine sono illustrati nell'articolo di apertura di questo numero di *MC Toscana*.
I dati raccolti sono chiari: la maggior parte dei professionisti coinvolti ha espresso un atteggiamento positivo verso l'oncologia integrata, riconoscendone l'utilità come trattamento di supporto e dichiarandosi spesso disposta anche a raccomandarla.
Un elemento determinante per questa accoglienza favorevole è senz'altro la continuità della collaborazione nel tempo: l'82,2% degli intervistati ha avuto esperienza di attività in contatto o collaborazione con gli ambulatori di oncologia integrata per un periodo compreso tra 3 e oltre 10 anni.
Questa lunga esperienza ha verosimilmente contribuito anche a una maggiore conoscenza, da parte degli operatori toscani, dei principi e delle pratiche delle MCI rispetto ad altre realtà descritte in letteratura internazionale. In particolare, il livello di conoscenza dei medici risulta medio-buono nel 65,2% dei casi. Tuttavia, permane un forte interesse a ricevere ulteriori informazioni sull'utilizzo clinico delle medicine integrate e sulle evidenze scientifiche a supporto.
Per il futuro, il Centro regionale per la medicina integrata (CRMI), come il 'Gruppo di lavoro per l'integrazione delle medicine complementari nella Rete oncologica regionale', confermano l'impegno nella formazione, nell'aggiornamento e nella diffusione dei dati clinici disponibili, per consolidare e rafforzare questa esperienza virtuosa.

La copertina
di questo numero

SOMMARIO

N. 57 - MAGGIO 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
Ambulatori Pubblici	13
Appuntamenti	15
Recensioni	16
News	17

MEDICINA INTEGRATA IN ONCOLOGIA: UN'INDAGINE SU IMPATTO, PROSPETTIVE E CRITICITÀ

Un'indagine condotta dal Centro Regionale per la Medicina Integrata in collaborazione con ISPRO ha esplorato l'impatto, le prospettive e le criticità dei servizi di oncologia integrata in Toscana. Il questionario, rivolto a medici e operatori sanitari, ha rilevato punti di forza e aree di miglioramento per una più efficace integrazione delle medicine complementari in questo settore

La Regione Toscana ha individuato l'oncologia come area prioritaria per la medicina integrata, come sancito nelle delibere regionali n. 1224/2016 e 642/2019 e attualmente 19 ambulatori offrono trattamenti oncologici integrati all'interno del Servizio Sanitario Regionale (SSR) toscano. Secondo i dati raccolti dal Centro regionale per la medicina integrata (CRMI) nel 2022 in queste strutture 2.273 pazienti oncologici hanno ricevuto complessivamente 11.843 trattamenti di medicina complementare. I dati aggiornati sono in corso di elaborazione e saranno condivisi nei prossimi numeri.

Sviluppo e diffusione del questionario

In questo ambito il gruppo di lavoro "Integrazione delle medicine complementari nella Rete oncologica regionale", istituito presso l'ISPRO, ha elaborato e approvato il questionario qualitativo "*Valutazione della soddisfazione e dell'impatto dei servizi di oncologia integrata del Servizio Sanitario Toscano*". Il questionario, destinato agli oncologi e al personale sanitario del SSR impegnati nella pratica oncologica, mira a raccogliere le loro opinioni sulle attività delle strutture che offrono servizi di medicina integrata. L'indagine includeva 14 domande a risposta multipla e una a risposta aperta, con l'obiettivo di valutare l'impatto, le opportunità e le criticità dei servizi di oncologia integrata attraverso il punto di vista degli operatori sanitari coinvolti.

I risultati

Hanno risposto al questionario 176 operatori sanitari, così suddivisi: oncologi medici (39,2%), infermieri (33%), operatori socio-sanitari OSS (6,8%) e psico-oncologi (4,5%) (Grafico 1).
Si rileva che complessivamente il 54% degli intervistati è rappresentato da medici (oncologi, chirurghi oncologici, radioterapisti e altri specialisti), mentre il restante 46% da personale socio-sanitario (psico-oncologi, infermieri, OSS).
Un altro dato significativo è che oltre la metà degli intervistati (51,2%) collabora con gli ambulatori di medicina integrata in oncologia da molto tempo: il 19,9% da 5 a 10 anni e il 31,3% da oltre 10 anni. Le collaborazioni più longeve si registrano tra psico-oncologi (50%) e infermieri (48,3%), seguiti dagli oncologi (42% da 5 a 10 anni).

Livello di conoscenza delle medicine integrate

Alla domanda sul proprio livello di conoscenza delle medicine complementari integrate (CIM), il 43,2% degli intervistati ha dichiarato una conoscenza media, il 35,2% scarsa, il 19,9% buona e solo una piccola percentuale ha indicato un'assenza di

Professione
176 RISPOSTE

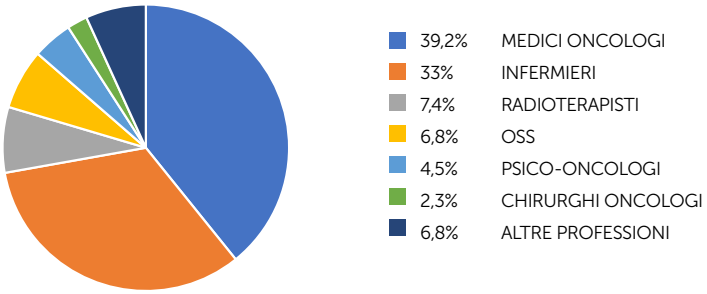


Grafico 1 - Professioni sanitarie che hanno risposto al questionario.

Qual'è il suo livello di conoscenza attuale delle medicine complementari e integrate?
176 RISPOSTE

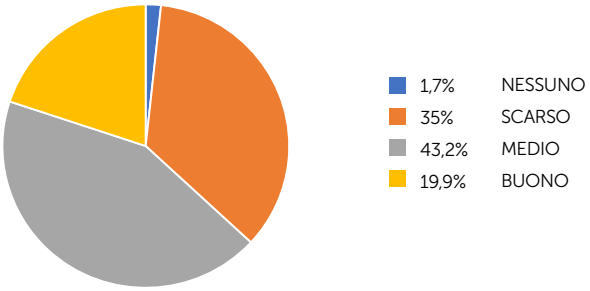


Grafico 2 - Livello di conoscenza delle medicine complementari e integrate.

Come valuta l'impatto del servizio di oncologia integrata sulla salute dei pazienti con cancro?
176 RISPOSTE

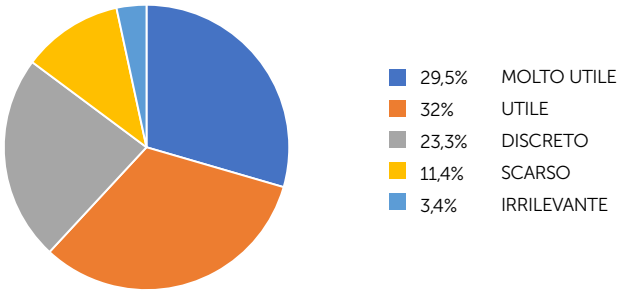


Grafico 3 - Impatto dei servizi di oncologia integrata sulla salute dei malati di tumore.

conoscenza (Grafico 2).
In particolare, il 63,8% degli oncologi e il 64,3% dei radioterapisti hanno valutato la loro conoscenza come medio-buona. Complessivamente, il personale medico ha mostrato un livello medio-buono di conoscenza (65,2%), un dato simile a quello del personale socio-sanitario (61%).

L'impatto sui pazienti oncologici
L'impatto dei servizi di oncologia integrata sulla salute dei pazienti è stato valutato come utile (32,4%), molto utile (29,5%), discreto (23,3%), scarso (11,4%) e irrilevante (3,4%) (Grafico 3). La soddisfazione percepita dei pazienti è risultata complessivamente positiva (89,3%): il 23,3% degli operatori che hanno partecipato all'indagine l'ha definita alta, il 34,7% buona e il 31,3% discreta. La maggioranza di oncologi (82%) e personale socio-sanitario (91%) considera utile la medicina integrata nel supporto ai malati di tumore.

Riguardo alla frequenza con cui i professionisti consigliano l'accesso agli ambulatori di oncologia integrata, le risposte sono state: qualche volta (29%), raramente (22,2%), abbastanza spesso (15,9%), spesso (15,3%), molto spesso (9,1%) e mai (8,5%). Gli psico-oncologi risultano la categoria che più frequentemente suggerisce l'uso di questi trattamenti (75%). Le terapie raccomandate più spesso sono agopuntura (51%), consulenza nutrizionale (27%), medicina integrata (11%), altro (tecniche di medicina tradizionale cinese, omeopatia ecc. 11%) (Grafico 4).
I sintomi più comuni per cui si consiglia la medicina integrata sono nausea e vomito, ansia, stanchezza/fatigue, dolore, vampate di calore, insonnia, depressione, linfedema e neuropatie periferiche.

Aspetti critici e prospettive
L'indagine non ha mancato di segnalare alcune criticità (Grafico 5): in particolare sono emersi problemi di comunicazione tra gli operatori di medicina complementare e il personale dei Dipartimenti oncologici (44,9%), lunghe liste d'attesa (24,4%), ubicazione scomoda dei servizi (23,9%) e discontinuità dell'assistenza (16,5%).
Più della metà dei medici (50,5%) ha segnalato una comunicazione carente tra gli ambulatori di oncologia integrata e i reparti oncologici, mentre la percezione degli psico-oncologi è stata più positiva, con l'87,5% che ha valutato la comunicazione come media o buona.

Centro regionale per la medicina integrata

Quando consiglia di rivolgersi al servizio di Oncologia Integrata, quali terapie/tecniche complementari consiglia ai pazienti? (risposta multipla)

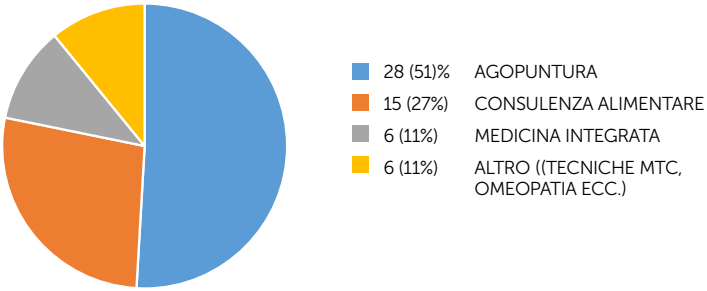


Grafico 4 - Terapie e tecniche complementari consigliate.

Quali sono le criticità maggiori del servizio di oncologia integrata? (risposta multipla)
176 RISPOSTE

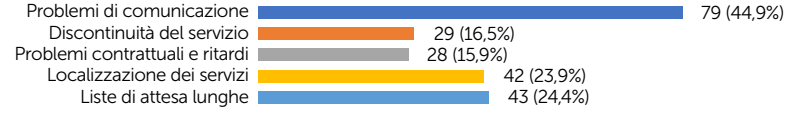


Grafico 5 - Criticità del servizio di oncologia integrata.

CENTRO DI MEDICINA TRADIZIONALE CINESE FIOR DI PRUGNA

Una storia lunga trent'anni

Il nome "Fior di Prugna" attribuito al Centro di medicina tradizionale cinese (MTC) si ispira a un simbolo importante della cultura cinese, un bellissimo fiore che sboccia anche nel periodo invernale, in mezzo alla neve, e rappresenta la resilienza e la perseveranza di fronte alle avversità, simboleggiando il ciclo naturale dell'esistenza che questa antica medicina promuove

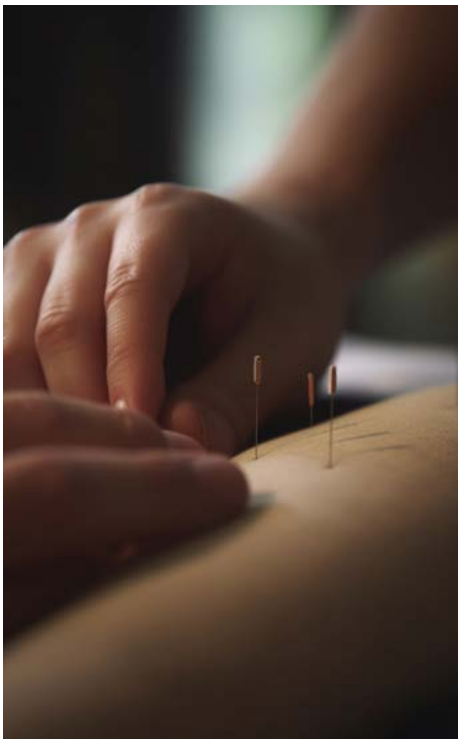
Nato nell'ottobre 1995, il Centro è stato così intitolato in omaggio al martelletto Fior di Prugna, una tecnica di medicina cinese meno nota in Italia rispetto all'agopuntura, ma di grande valenza terapeutica.
Sostenuto dalla Regione Toscana e parallelamente dall'Azienda sanitaria (allora Unità Sanitaria Locale Firenze Nord), il Centro Fior di Prugna venne fondato a S. Donnino, dalla dr.ssa Sonia Baccetti con la collaborazione delle terapiste Susanna Taccola e Antonella Traversi, con l'idea di offrire alla popolazione cinese, molto presente in quell'area, un'assistenza sanitaria vicina alle sue tradizioni. È stato il primo centro realizzato in una struttura del Sistema Sanitario Nazionale interamente dedicato all'uso della MTC, con particolare attenzione alla cura di donne e bambini, ed è stato fin da subito frequentato anche da moltissimi Italiani.

La proiezione regionale

L'iniziativa riscosse subito alti consensi di opinione pubblica e di utenza, tanto che un paio di anni dopo l'apertura il personale venne incrementato e si ampliò l'offerta terapeutica.
La sua unicità, ma anche il suo valore aggiunto, è sempre stata la presenza di un team multidisciplinare e multiprofessionale che, lavorando in sinergia, affianca all'agopuntura le altre tecniche di MTC - moxibustione, massaggio tuina, guasha, coppettazione e martelletto fior di prugna - con un focus prioritario alla prevenzione e all'autocura, educando alla salute, promuovendo l'apprendimento delle ginnastiche cinesi, l'automassaggio, la dieta, anche con corsi ed eventi rivolti al pubblico.
Già dal 1996 i Piani sanitari della Regione Toscana avevano previsto azioni volte a integrare le medicine allora chiamate 'non convenzionali' nei percorsi di salute del cittadino, ma la vera svolta è stata nel 2005, con l'inserimento di alcune medicine complementari (MC) quali agopuntura, fitoterapia e omeopatia, nei Livelli Essenziali di Assistenza (LEA) integrativi regionali, in quanto discipline con adeguati livelli di efficacia scientifica.
Nel 2007 il Centro Fior di Prugna diventa Struttura di riferimento regionale per la MTC; nel 2010 apre all'utenza anche un ambulatorio di omeopatia e un Centro di documentazione per le MC e le discipline del benessere e bionaturali.
Un ulteriore passo concreto verso l'integrazione delle MC nel Servizio Sanitario Regionale (SSR) si attua nel 2015, quando da S. Donnino il Centro si trasferisce nel Presidio sanitario di Camerata, a Firenze, condividendo gli spazi con le attività ambulatoriali della medicina convenzionale.
Nel 2017 diventa Centro di coordinamento aziendale per le MC, svolgendo una funzione di indirizzo tra i servizi aziendali del settore e contestualmente, anche la funzione di sostegno tecnico alle attività del Centro regionale per la medicina integrata (CRMI), struttura di governo clinico della Regione Toscana.
Dal 2019 il dr. Carmelo Guido subentra come nuovo direttore della struttura, avvicendandosi alla dr.ssa Baccetti in questo percorso e portando la sua esperienza di integrazione della MTC nell'ambito ospedaliero.

Dalla pandemia al presente

Nel 2020 il Centro ha dovuto fare i conti con la pandemia da SARSCoV-2: i servizi ambulatoriali sono stati sospesi per 2 mesi



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

e poi riprogrammati secondo le disposizioni vigenti nei locali ex-Ispo di Viale Volta 171 a Firenze, dove si trasferisce nel gennaio 2022.
In questa nuova sede il Centro ha continuato a lavorare per ampliare la rete delle collaborazioni con le strutture sanitarie toscane, nell'ottica di rafforzare l'integrazione e valorizzare la varietà di approcci terapeutici al cittadino.
Anche l'attività ambulatoriale si è arricchita per far fronte alle sempre più numerose richieste di prestazioni: nel 2023 sono stati attivati nuovi ambulatori di agopuntura nell'area pistoiese e pratese con l'obiettivo di estendere capillarmente l'area dell'Azienda USL Toscana Centro.
Analogamente è via via cresciuto il numero delle prestazioni erogate ai cittadini e alle cittadine della Toscana, tanto che nel 2024 la struttura ha raggiunto le 11.800 prestazioni di agopuntura e omeopatia (di queste, circa il 42% per la riduzione degli effetti collaterali delle terapie oncologiche). Anche la varietà dei trattamenti offerti si è diversificata, unendo l'agopuntura classica alle moderne tecniche delle neuroscienze, come la neuroagopuntura e la neuroauricoloterapia.
Nello stesso anno il Centro ha coordinato inoltre 29 ambulatori aziendali di agopuntura, fitoterapia e omeopatia.
Attualmente il team che opera per la struttura è composto da 6 medici agopuntori e 1 medico omeopata, 5 sanitari esperti in MTC, coadiuvati da personale amministrativo di segreteria e reception, oltre a una bibliotecaria. La biblioteca interna conta oggi oltre 1.400 volumi, è connessa al Centro educazione alla salute e fa parte delle biblioteche aziendali dell'Area fiorentina e del Polo Documentario e Network Bibliotecario della Azienda USL Toscana centro.

Un'offerta terapeutica sempre più ampia

In aggiunta ai percorsi di integrazione dei trattamenti di agopuntura e MTC già avviati sul territorio, come all'interno delle Strutture di Oncologia Medica, Ostetricia e Ginecologia, negli ultimi anni si sono rafforzate le collaborazioni con i servizi di Medicina Fisica e Riabilitativa, Riabilitazione Funzionale e sono stati creati nuovi percorsi nel perioperatorio presso le Unità Anestesia e Rianimazione.
In questi ambiti continuiamo a promuovere corsi di formazione rivolti a operatori sanitari (infermieri, fisioterapisti, ostetriche) appartenenti al SSR per estendere l'uso di alcune tecniche di MTC nell'attività clinica quotidiana come intervento di primo livello nel trattamento di alcune sintomatologie.
Al fine di uniformare i servizi offerti al paziente, secondo il principio di qualità e di appropriatezza delle cure, vengono organizzati regolarmente eventi di aggiornamento professionale per il personale delle strutture istituzionali del SSR nell'ambito di agopuntura e MTC, spesso in collaborazione con la Scuola di Agopuntura Tradizionale di Firenze.
Proprio per quanto riguarda gli scambi di aggiornamento professionale, continuano le collaborazioni internazionali, soprattutto con la Repubblica Popolare cinese (Dipartimento Risorse umane del Ministero della Salute), in particolare in materia di medicina personalizzata.
Un'attenzione particolare viene dedicata alla ricerca scientifica, attraverso la promozione di studi di valutazione di efficacia dell'agopuntura e della MTC, soprattutto in ambito oncologico, nel dolore, neuropatia e disfagia, come per esempio il recentissimo studio multicentrico coordinato assieme alla Radioterapia oncologica dell'AOU Careggi nella disfagia e xerostomia in pazienti con tumore in sede testa-collo.
Da quest'anno l'agopuntura è stata finalmente inclusa nei LEA nazionali, un passaggio importante per la sanità italiana, che rafforza il processo di integrazione e regolamentazione di questa disciplina.
L'integrazione quindi continua. Un grande plauso va a tutti gli operatori che, nel tempo, hanno collaborato con entusiasmo alle attività del Centro, ponendo sempre una particolare attenzione alla qualità delle prestazioni e ai risultati, ma anche all'utenza che ha sempre apprezzato e appoggiato le nostre attività e iniziative.
Fondamentale in questo lungo percorso il ruolo sia della Regione Toscana - che continua a investire e a regolamentare il nostro settore - sia dell'Azienda USL Toscana centro che prosegue ad accogliere fra le offerte della sanità pubblica queste terapie in modo sempre più capillare sul territorio.

CENTRO DI FITOTERAPIA
AOU CAREGGI

Menopausa iatrogena e medicine complementari: approccio integrato nella gestione dei sintomi

In questo contesto la medicina integrata, e nello specifico la fitoterapia, è uno strumento prezioso, capace di offrire soluzioni multimodali volte a migliorare il benessere psicofisico, affrontando i sintomi vasomotori e neurovegetativi, le alterazioni dell'umore, i disturbi del sonno e le ripercussioni sulla salute genitourinaria e sessuale

La menopausa iatrogena è definita come la cessazione dell'attività ovarica conseguente a trattamenti oncologici chirurgici, farmacologici o radioterapici, oppure a interventi profilattici, come l'annessiectomia bilaterale, eseguiti in presenza di un aumentato rischio genetico di neoplasie, in particolare carcinoma ovarico e mammario (ad esempio, in portatrici di mutazioni BRCA1/2).

Incremento dei casi

Negli ultimi anni si è osservato un incremento significativo dell'incidenza di menopausa iatrogena, che spesso si manifesta in età relativamente precoce, specialmente nelle pazienti trattate per carcinoma mammario. Parallelamente, si assiste alla nascita di una nuova popolazione di giovani donne non oncologiche che sviluppano menopausa precoce in seguito ad annessiectomia profilattica motivata da predisposizione genetica.

Sebbene nelle donne affette da neoplasia l'obiettivo primario rimanga il trattamento della patologia tumorale, negli ultimi anni si è posta una crescente attenzione anche alla qualità di vita di queste pazienti.

La soppressione della funzione ovarica, specie in giovane età, comporta un rapido e marcato cambiamento del profilo ormonale, con sintomi più severi, precoci e frequenti rispetto alla menopausa naturale. In particolare, nelle pazienti trattate per neoplasie estrogeno-dipendenti, l'uso della terapia ormonale sostitutiva risulta controindicato, rendendo necessario il ricorso ad approcci terapeutici alternativi. In questo contesto, la medicina integrata rappresenta uno strumento prezioso, capace di offrire soluzioni multimodali mirate a migliorare il benessere psicofisico, affrontando la sintomatologia vasomotoria, neurovegetativa, le alterazioni dell'umore, i disturbi del sonno e le ripercussioni sulla salute genitourinaria e sessuale.

La menopausa indotta configura così un periodo di particolare vulnerabilità, soprattutto per quanto riguarda la sfera neuropsichiatrica, con un aumentato rischio di depressione. Questi sintomi sono la conseguenza della brusca riduzione degli ormoni circolanti: gli estrogeni, infatti, modulano l'attività dei circuiti centrali, regolando la produzione, il rilascio e il riassorbimento di serotonina e norepinefrina, oltre che l'attività dei rispettivi recettori. La perdita del ritmo estrogenico compromette l'omeostasi dei sistemi serotoninergico e noradrenergico, alterando anche il controllo della termoregolazione.

Il ruolo delle piante medicinali

Tra le piante medicinali più studiate in ambito climaterico, *Cimicifuga racemosa* (o *Actaea racemosa*) e *Salvia officinalis* sono considerate sicure anche nelle donne con neoplasie ormono-dipendenti, pur richiedendo sempre una valutazione medica individuale.

Cimicifuga racemosa è tradizionalmente impiegata per alleviare i sintomi della menopausa, attraverso meccanismi d'azione non ancora completamente chiariti. L'efficacia dei prodotti a base di questa pianta risulta variabile, probabilmente a causa delle differenze nei metodi di estrazione. In particolare, l'estratto isopropanolico della radice (*iCR*) ha ottenuto nel 2010 il riconoscimento di "well-established use" da parte dell'EMA (European Medicines Agency), grazie a evidenze consolidate di efficacia e sicurezza.

L'*iCR* è privo di attività sui recettori estrogenici (ERα e ERβ) e il suo effetto sembrerebbe mediato da un'azione centrale sui recettori serotoninergici, migliorando la termoregolazione e riducendo le vampate di calore, con

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

Bibliografia

- Acquarulo EL, Hernandez EC, Kodzodziku F, Nemec EC.The efficacy of purified pollen extract for reducing vasomotor symptoms in women: a systematic review and meta-analysis. Menopause. 2024 Feb 1;31(2):154-159.
- Badge AK, Sindhi CP, Bankar NJ, Bandre G. The "Cimicifuga Racemosa": A Herbal Remedy with Potential Benefits in Menopause. J Midlife Health. 2024 Oct-Dec;15(4):315-316.
- Dimpfel Wilfried a, Chiegoua Dipah Gwladys Nina b, Bommer Silvia c, * Effectiveness of Menosan® Salvia officinalis in the treatment of a wide spectrum of menopausal complaints. A double-blind, randomized, placebo-controlled, clinical trial Heliyon. 2021 Feb 10;7(2):e05910.
- Guida M, Raffone A, Travaglino A, Neola D, Reppuccia S, Borgo M, Vitale C, Limone A, D'Alessandro P, Massaro G, Mollo A. Cimicifuga racemosa isopropanolic extract for menopausal symptoms: an observational prospective case-control study. Gynecol Endocrinol. 2021 Dec;37(12):1132-1137.
- Rachel L Ruhlen 1 , Grace Y Sun, Edward R Sauter Black Cohosh: Insights into its Mechanism(s) of Action Affiliations expand Integr Med Insights. 2008:3:21-32.
- Smith-Francis MJ. Complementary and Alternative Medicine for Menopause.Nurs Clin North Am. 2024 Dec;59(4):551-562.

un meccanismo analogo a quello degli Inibitori Selettivi della Ricaptazione della Serotonina (SSRI). Inoltre, l'estratto modulerebbe l'asse ipotalamo-ipofisario, influenzando serotonina, dopamina e noradrenalina, con effetti positivi anche su umore e qualità del sonno.
I suoi principali componenti, tra cui triterpenoidi glicosilati e flavonoidi, conferiscono ulteriori proprietà antiossidanti, antinfiammatorie e potenzialmente neuroprotettive e osteoprotettive. Alcune molecole sembrano inoltre interagire con i recettori oppioidi, suggerendo una possibile attività analgesica. In sintesi la Cimicifuga offre un'azione multifattoriale sui sintomi della menopausa, anche se sono necessari ulteriori studi per definirne con precisione i meccanismi d'azione.
La Salvia (*Salvia officinalis*) è considerata una pianta medicinale sicura ed efficace nella gestione dei sintomi della menopausa. Studi clinici hanno dimostrato che il suo utilizzo può ridurre in modo significativo le vampate di calore, alleviare i sintomi somato-vegetativi e migliorare l'umore. La pianta è ricca di lignani (tra cui salvigenina, pinoresinolo-glucoside e matairesinolo) che, una volta metabolizzati nell'intestino in enterolattone ed enterodiolo, esercitano una debole attività modulatrice sui recettori estrogenici, contribuendo al bilanciamento ormonale.
Oltre a questi effetti, *Salvia officinalis* favorisce il miglioramento delle funzioni cognitive e dell'umore attraverso l'inibizione dell'acetilcolinesterasi, compensando la carenza di acetilcolina con un meccanismo simile a quello dei farmaci utilizzati per il trattamento della malattia di Alzheimer. La pianta interagisce inoltre con vari recettori, tra cui adrenergici α2A, muscarinici M3, oppioidi μ e serotoninergici, modulando così il sistema nervoso centrale e l'asse endocrino. Studi preclinici suggeriscono anche un potenziale effetto protettivo sul tessuto osseo, mediante l'inibizione del riassorbimento osseo. Infine, alcuni suoi componenti volatili, come il 1,8-cineolo, sembrerebbero attraversare la barriera emato-encefalica e agire sull'ipotalamo, influenzando positivamente i meccanismi di termoregolazione. In sintesi, la salvia si presenta come una valida opzione per un trattamento a lungo termine dei sintomi della menopausa.
Tra le piante medicinali studiate per la gestione dei sintomi della menopausa, anche il polline di palma da dattero ha mostrato risultati promettenti. Gli estratti purificati di questa pianta si sono rivelati efficaci nel ridurre i sintomi vasomotori e migliorare la funzione sessuale. Una recente metanalisi ha evidenziato come l'assunzione di polline di palma sia associata a una diminuzione significativa di vampate di calore, disturbi del sonno, mialgie e sintomi depressivi, senza effetti collaterali rilevanti.
Nonostante i dati preliminari siano incoraggianti, le evidenze scientifiche sull'uso delle erbe medicinali nella menopausa iatrogena rimangono ancora limitate. In particolare, è importante evitare l'uso di piante ricche di fitoestrogeni, come il trifoglio rosso, la soia e la dioscorea nelle donne con tumori estrogeno-sensibili. La scelta della pianta, la qualità dell'estratto e il corretto dosaggio sono aspetti fondamentali per garantire la sicurezza e l'efficacia dei trattamenti.
La ricerca in questo ambito è in continua evoluzione e sarà determinante per offrire alle donne strumenti terapeutici sempre più sicuri ed efficaci, aiutandole a compiere scelte informate e aggiornate nella gestione della menopausa.

Eugenia Gallo
Filippo Firenzuoli
Angelamaria Becorpi
CERFIT - AOU Careggi

CITTADELLA DELLA SALUTE CAMPO DI MARTE

Medicina integrata e maternità

Un percorso al femminile per sostenere la donna nelle varie fasi della vita, in particolare durante il Percorso Nascita: il ruolo delle ostetriche e le esperienze nella AUSL Toscana nord ovest

Nell'attuale contesto sanitario, non è sempre semplice orientare l'attenzione delle donne verso la fisiologia della nascita. La tendenza, infatti, è spesso quella di concentrarsi su possibili complicanze, affidando le decisioni agli esperti. In questo scenario, l'introduzione di elementi di medicina tradizionale cinese (MTC) e di altre pratiche complementari in ambito ostetrico si propone come strumento per preservare l'equilibrio psicofisico della donna, prevenire eventi patologici e affiancare la medicina convenzionale qualora insorgano problematiche di salute.

Medicine integrate a gestione ostetrica

Nelle Zone Apuane, Valdera e Valli Etrusche dell'Azienda USL Toscana nord ovest è attivo da alcuni anni un servizio ambulatoriale di medicine integrate a gestione ostetrica.
In questi ambulatori le ostetriche utilizzano tecniche della MTC in sinergia con altri strumenti, come il *rebozo* (telo di tradizione sudamericana utilizzato in gravidanza, parto e dopo parto per rilassare la donna, massaggiare la zona pelvica ecc.) e preparati fitoterapici per accompagnare la donna nelle varie fasi della sua vita, in particolare durante il Percorso Nascita (gravidanza, parto e puerperio).
Le professioniste impegnate in questo percorso hanno seguito una formazione presso la Scuola di Agopuntura Tradizionale della Città di Firenze, proseguendo poi con un aggiornamento continuo. Vengono proposti trattamenti di moxibustione, digitopressione, applicazione di aghi pulce o semi di *Vaccaria* e tecniche con martelletto fior di prugno.
Parallelamente l'UOC Assistenza Ostetrica ha istituito un tavolo permanente monoprofessionale dedicato alle medicine integrate. Questo ha portato, nel 2022, alla redazione di una procedura aziendale, in collaborazione con il Centro di Medicina Tradizionale Cinese "Fior di Prugna", finalizzata a uniformare le pratiche, a garantire l'appropriatezza dei trattamenti e l'equità di accesso ai servizi sul territorio.
Nello specifico, durante i 9 mesi di gravidanza, vengono proposti cicli di trattamento per contrastare nausee e vomito, sostenere energeticamente la donna in gravidanza e a termine, alleviare

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

stati di ansia o di apprensione e favorire il rivolgimento fetale in caso di presentazione podalica.
Nel puerperio i trattamenti possono supportare l'allattamento e gestire problematiche comuni come ragadi, ingorgo mammario, stasi lattea, mastite e ipogalattia, oltre che intervenire su crisi emorroidarie, lacerazioni pelvi-perineali, cicatrici da taglio cesareo e stati emotivi come il Maternity Blues.

Formazione e aggiornamento professionale
Nell'anno in corso, nell'ambito del progetto aziendale finalizzato all'implementazione del percorso ospedaliero del Basso Rischio Ostetrico (BRO) e nell'ottica di promuovere l'impiego delle medicine integrate in travaglio-parto, è stato organizzato un corso di formazione sull'uso di strumenti base della medicina cinese e della fitoterapia, tenuto a Lucca e a Livorno nel mese di marzo. Il corso è stato condotto dalle ostetriche del gruppo di medicina integrata della AUSL Toscana nord ovest, formate in MTC, insieme alla dottoressa Marialessandra Panozzo, responsabile dell'Ambulatorio di omeopatia di Lucca, struttura di riferimento regionale. Incluso nel PAF aziendale, il corso ha coinvolto 50 ostetriche ospedaliere operanti negli 8 Punti Nascita aziendali.
Gli obiettivi principali sono stati:

- favorire l'integrazione tra medicina convenzionale e medicine complementari nel rispetto dell'evidence-based practice, a beneficio del benessere materno-fetale durante l'evento parto;
- promuovere l'autonomia e il ruolo dell'ostetrica nel percorso BRO, attraverso l'acquisizione di strumenti integrati per la gestione fisiologica di travaglio, parto e post-partum nonché la gestione del dolore;
- implementare un modello assistenziale centrato sulla donna, valorizzando le sue risorse naturali e favorendo un'esperienza positiva del parto.

Nel 2025 l'offerta degli ambulatori è stata ampliata includendo anche trattamenti per le donne in perimenopausa, dove le tecniche di medicina integrata vengono utilizzate per contrastare sintomi della sindrome climaterica come insonnia, vampate di calore, irritabilità e astenia, secchezza vaginale e per il trattamento di cicatrici ginecologiche o oncologiche, con l'obiettivo di sostenere il benessere femminile anche in questa delicata fase della vita.

Maria Chiara Bogazzi, Katia Di Mari, Federica Fiore, Giulia Nosiglia
Gruppo ostetriche medicine integrate AUSL Toscana nord ovest

La figura dell'ostetrica: un approccio integrato alla gravidanza fisiologica

La gravidanza è un momento delicato ma estremamente "fertile" nella vita di una donna e può trasformarsi in un'opportunità per adottare scelte consapevoli di benessere, non solo per sé, ma anche per la propria famiglia.
È spesso in questa fase che le donne rivedono il loro approccio alla salute e alla malattia, aprendosi a nuove prospettive di cura. Un approccio terapeutico che rispetti la fisiologia e si proponga di correggere i piccoli squilibri psico-fisici attraverso l'uso delle terapie complementari può rivelarsi particolarmente efficace nella prevenzione delle patologie ostetriche.
L'ostetrica è una figura centrale all'interno di un percorso che valorizza la fisiologia lavorando in ottica preventiva per evitare la degenerazione verso la patologia. In quest'ottica si inserisce il corso di formazione precedentemente descritto, volto a fornire alle ostetriche elementi di medicina cinese e di fitoterapia, insieme a informazioni pratiche sull'uso sicuro ed efficace dell'omeopatia applicata al travaglio e al parto.
Una delle peculiarità del corso è stato l'approccio interamente esperienziale, in cui le partecipanti hanno lavorato in coppia nella ricerca e stimolazione dei punti energetici, con un'interazione costante con le docenti, attraverso domande, osservazioni cliniche e condivisione di esperienze. Questo metodo ha reso gli incontri particolarmente partecipati, ricchi e stimolanti. Durante la formazione, sono state approfondite diverse tecniche della medicina cinese come moxibustione, stimolazione con pettine, applicazione di semi di Vaccaria e uso di aghi pulce.
La sezione dedicata alla fitoterapia ha incluso una panoramica sugli studi presenti in letteratura relativi a camomilla, zenzero, melissa, biancospino e ad altre piante medicinali utili per lenire i più comuni disturbi di questa fase. Un approfondimento specifico è stato riservato agli studi, per lo più su modelli animali, sulla melatonina in gravidanza analizzandone il potenziale impiego in alcune situazioni (ad esempio arresto della crescita fetale, insufficienza placentare e nei neonati di basso peso alla nascita, in particolare per la prevenzione di problemi respiratori e neurologici.
Un'ulteriore sezione del corso ha trattato l'impiego sicuro ed efficace dei medicinali omeopatici nel favorire l'avvio del travaglio e nella gestione delle emorragie post-partum. Sono stati presentati anche dati bibliografici relativi all'utilizzo dell'omeopatia - medicina complessa che può risultare efficace nelle varie fasi della gestazione - nelle sale parto di numerosi Paesi europei e negli Stati Uniti.

Marialessandra Panozzo

CENTRO DI MEDICINA INTEGRATA
OSPEDALE DI PITIGLIANO

Studio FAIR-AC: agopuntura e gestione della fatigue oncologica

Obiettivi e risultati di uno studio multicentrico randomizzato che ha misurato l'efficacia della agopuntura in un gruppo di pazienti oncologici valutando un sintomo comune nei soggetti con tumore sottoposti a terapia oncologica standard

La *fatigue* (F) è stata definita come "un senso angosciante, persistente e soggettivo di stanchezza o di esaurimento legato alla malattia oncologica o al trattamento del cancro, non proporzionale all'attività recente e che interferisce con le funzioni abituali" della persona.
La *fatigue* correlata al cancro è una sintomatologia molto comune in questo ambito e risulta sperimentata dall'80% dei pazienti sottoposti a chemioterapia (CT) e/o radioterapia (RT), come riportato in un'indagine nazionale trasversale condotta negli Stati Uniti su 1.569 pazienti (1).
Nonostante l'elevata prevalenza e i gravi effetti negativi sulla qualità di vita, viene solitamente sottovalutata dal personale medico e infermieristico.
L'agopuntura può essere un'opzione per gestire la *fatigue* cancro-correlata e migliorare la qualità di vita dei pazienti, come hanno mostrato alcuni studi di letteratura internazionale.

Disegno e metodologia dello studio
A partire da queste considerazioni e con il supporto dei fondi regionali del Bando Salute 2018, è stato condotto e completato lo studio FAIR-AC (FAtigue In Radiotherapy and Acupuncture).

Si tratta di un trial clinico randomizzato controllato a due bracci (2), che ha avuto l'obiettivo di valutare l'efficacia dell'agopuntura nella prevenzione e nella riduzione della *fatigue* nei pazienti sottoposti a trattamenti oncologici standard - radioterapia, chirurgia, chemioterapia/ormonoterapia - per carcinoma della mammella o della prostata.
Il progetto è stato condotto tra gennaio 2022 e luglio 2024 presso tre Unità Operative Complesse (UOC) di Radioterapia della Azienda USL Toscana sud est:

- UOC Radioterapia Arezzo Valdarno, centro promotore e coordinatore dello studio
- Azienda Ospedaliera Universitaria Senese
- Ospedale Misericordia di Grosseto.

L'analisi statistica dei dati è stata curata dai ricercatori dell'Istituto per lo Studio, la Prevenzione e la Rete Oncologica (ISPRO) di Firenze.
Per questa ricerca sono stati reclutati complessivamente 220 pazienti, che sono stati assegnati in modo casuale a uno dei due bracci:

Centro di Medicina Integrata
Ospedale di Pitigliano

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

- Braccio 1: radioterapia standard (RT) senza agopuntura,
- Braccio 2: radioterapia associata a trattamenti di agopuntura.

La *fatigue* (F) è stata misurata utilizzando il Brief Fatigue Inventory (BFI), un questionario validato che ne indaga i diversi aspetti sul piano fisico, emotivo e mentale. La valutazione è avvenuta in tre distinti momenti:

- All'inizio del trattamento radioterapico
- Durante il ciclo di radioterapia
- Nei follow-up a 2 e 6 settimane dal termine della radioterapia.

Il BFI è composto da 9 item, ognuno dei quali viene valutato su una scala da 0 (nessuna *fatigue*) a 9 (massima *fatigue* percepita). L'analisi ha considerato sia i singoli item sia un punteggio globale combinato.

Le modalità di trattamento con agopuntura
Il protocollo di agopuntura ha previsto sedute settimanali della durata di 20 minuti, durante il ciclo di radioterapia, per un numero di trattamenti variabile tra 3 e 7. Sono stati stimolati i seguenti punti di agopuntura:

- ST36 (Zusanli)
- SP6 (Sanyinjiao)
- CV6 (Qihai)
- CV12 (Zhongwan)
- CV17 (Shanzhong)
- LU9 (Taiyuan)

I risultati principali
Le analisi statistiche sono state concentrate sul gruppo dei pazienti con carcinoma della mammella, che è risultato significativamente più numeroso rispetto a quello dei pazienti con carcinoma prostatico.

	TREATMENT	N	MEAN	TEST
ITEM 1	Standard	26	0.85	
	Standard + acup.	32	-0.53	**0.04**
ITEM 2	Standard	26	0.23	
	Standard + acup.	32	-1.09	**0.03**
ITEM 3	Standard	26	0.31	
	Standard + acup.	32	-1.47	**0.01**
ITEM 4	Standard	26	0.11	
	Standard + acup.	32	-0.56	0.35
ITEM 5	Standard	26	-0.19	
	Standard + acup.	32	-0.81	0.43
ITEM 6	Standard	26	0.77	
	Standard + acup.	32	-1.47	**0.01**
ITEM 7	Standard	26	0.08	
	Standard + acup.	32	-0.97	0.21
ITEM 8	Standard	26	0.88	
	Standard + acup.	32	-0.84	**0.01**
ITEM 9	Standard	26	0.69	
	Standard + acup.	32	-0.84	**0.04**
OVERALL	Standard	**26**	0.41	
	Standard + acup.	**32**	-0.95	**0.01**

Tabella 1 – I risultati della ricerca.

I dati dello studio hanno evidenziato che l'agopuntura ha determinato un beneficio statisticamente significativo su quattro specifici item del BFI (item 3, 6, 8) e sull'indice complessivo di *fatigue*.
Il miglioramento è risultato più marcato nei pazienti che presentavano livelli di *fatigue* più elevati al basale.

Conclusioni
Lo studio FAIR-AC conclude che l'integrazione dell'agopuntura nei trattamenti oncologici standard può rappresentare una strategia efficace per ridurre la *fatigue* nei pazienti con carcinoma mammario sottoposti a radioterapia.

Chiara Bocci
Franco Cracolici
Rosaria Ferreri

(1) Henry DH, Viswanathan HN, Elkin EP, Traina S, Wade S, et al., (2008) Symptoms and treatment burden associated with cancer treatment: results from a cross-sectional national survey in the U.S. Support Care Cancer 16:791-801.

(2) Cracolici F, Bocci C, Carfagno T, Pastina PP, Vannini M, et al., (2024) FAtigue In Radiotherapy and Acupuncture (FAIRAC) in Breast and Prostate Cancer Patients: A Multicenter Prospective Randomized Phase II Trial. Curr Res Cmpl Alt Med 8: 248. https://doi.org/10.29011/2577-2201.100248

Presso l'Ospedale San Giovanni di Dio di Orbetello sono stati aperti nuovi ambulatori di agopuntura riservati esclusivamente ai pazienti fibromialgici e oncologici.
In questo modo l'area grossetana amplia l'offerta terapeutica di medicina integrata, già presente presso il Presidio Ospedaliero di Pitigliano e gli Ospedali di Grosseto e di Massa Marittima.
L'ambulatorio di Omeopatia condotto dalla dr.ssa Rosaria Ferreri presso l'Ospedale di Orbetello - già presente dal 2015 - ora si arricchisce con la presenza della dr.ssa Chiara Bocci con l'ambulatorio di agopuntura.
Anche in questa sede del Grossetano saranno avviati i protocolli di medicina integrata della Struttura di riferimento regionale per le attività di medicina integrata nel percorso ospedaliero del Centro di Pitigliano.

L'agopuntura nei pazienti oncologici: analisi dei punti di trattamento (2021-2024)

Analisi quantitativa e funzione degli agopunti maggiormente utilizzati nell'ambulatorio di Medicina Integrata dell'Ospedale di Careggi

L'ambulatorio di Medicina Integrata dell'Ospedale di Careggi offre un supporto fondamentale ai malati oncologici, affiancando i trattamenti convenzionali con terapie integrate.
Tra queste, l'agopuntura si distingue come uno degli strumenti più efficaci per migliorare la qualità della vita dei pazienti, grazie alla capacità di alleviare diversi sintomi associati alla malattia e ai trattamenti terapeutici, come la chemio- e la radioterapia.
Studi clinici e l'esperienza dell'ambulatorio di Careggi mostrano che l'agopuntura:

- riduce la necessità di farmaci per il dolore e per il controllo della nausea;
- migliora l'umore e il benessere psicologico;
- favorisce il recupero funzionale e la tolleranza ai trattamenti oncologici;
- offre un intervento personalizzato, sicuro e privo di effetti collaterali significativi.

Di seguito una panoramica dell'evoluzione dei punti di agopuntura più spesso utilizzati dal 2021 al 2024 (Grafico 1).

1. Punti di agopuntura principali per anno

2021
L'approccio terapeutico si è focalizzato sulla gestione di dolore, nausea, *fatigue* e benessere psicologico. I punti di agopuntura più utilizzati sono stati:

- LI4 (Hegu): 611 utilizzi, per alleviare il dolore e favorire il rilassamento muscolare.
- ST36 (Zusanli): 571 utilizzi, fondamentale per supportare l'energia e contrastare la fatigue.
- SP6 (Sanyinjiao): 420 utilizzi, per migliorare il benessere emotivo e favorire il sonno.
- PC6 (Neiguan): 134 utilizzi, per contrastare nausea e vomito, soprattutto da chemioterapia.
- GV20 (Baihui): 172 utilizzi, per ridurre lo stress e migliorare il sonno.

2022
L'approccio terapeutico si è concentrato ulteriormente su sintomi come *fatigue*, dolore e sul miglioramento del benessere psicologico. I punti più utilizzati sono stati:

- LI4 (Hegu): 611 utilizzi.
- ST36 (Zusanli): 571 utilizzi.
- SP6 (Sanyinjiao): 420 utilizzi.
- PC6 (Neiguan): 125 utilizzi.
- GV20 (Baihui): 172 utilizzi.

2023
L'utilizzo di punti per il trattamento di neuropatia periferica, nausea e stress è aumentato in modo significato. Sono stati utilizzati principalmente questi punti:

- LI4 (Hegu): 683 utilizzi.
- ST36 (Zusanli): 624 utilizzi.
- SP6 (Sanyinjiao): 574 utilizzi.
- LV3 (Taichong): 502 utilizzi.
- PC6 (Neiguan): 158 utilizzi.

2024
Nel 2024 l'approccio terapeutico è stato ulteriormente personalizzato, ponendo un'attenzione crescente al benessere psicologico e al trattamento del dolore. I punti principali utilizzati sono stati:

- LI4 (Hegu): 561 utilizzi.
- ST36 (Zusanli): 462 utilizzi.
- SP6 (Sanyinjiao): 443 utilizzi.
- GV23 (Vaso Governatore): 275 utilizzi.
- PC6 (Neiguan): 134 utilizzi.

2. Sintomi trattati e punti di agopuntura

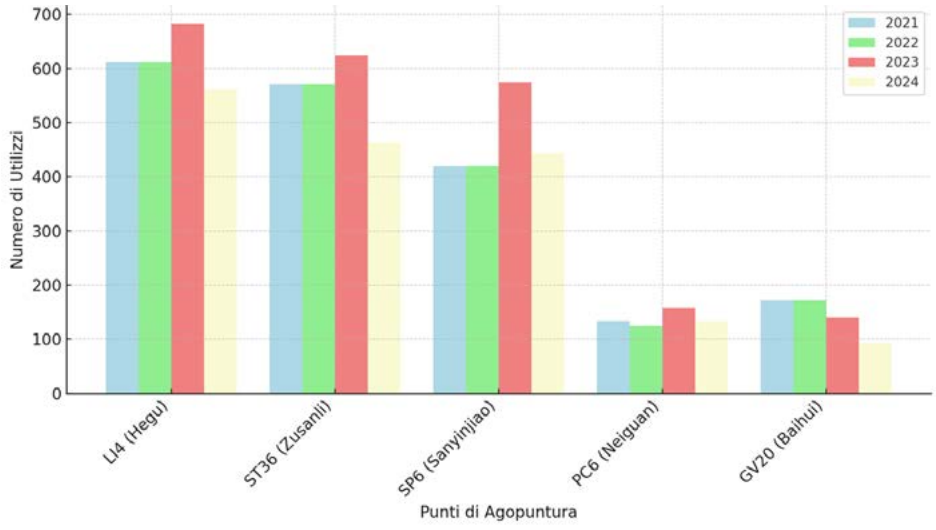
Nausea e vomito da chemioterapia

- PC6 (Neiguan): essenziale per alleviare nausea e vomito, spesso associati alla chemioterapia.
- ST36 (Zusanli): utilizzato per supportare la digestione e alleviare la nausea.

Gestione del dolore e rilassamento muscolare

- LI4 (Hegu): il punto più utilizzato per il dolore acuto e cronico e per il rilassamento muscolare.
- LV3 (Taichong): fondamentale per il trattamento del dolore neuropatico.
- GB34 (Yanglingquan): usato per dolori muscolari e articolari.

Grafico 1 - Frequenza di utilizzo dei punti (2021-2024).



Stress, ansia e insonnia

- GV20 (Baihui): utilizzato per ridurre l'ansia e migliorare la qualità del sonno.
- HT7 (Shenmen): usato per favorire il rilassamento e per contrastare l'insonnia.
- GV23 (Vaso Governatore): utilizzato per alleviare lo stress e migliorare il benessere mentale.

Fatigue e supporto energetico

- ST36 (Zusanli): trattamento principale per contrastare la fatigue e sostenere l'energia vitale.
- SP6 (Sanyinjiao): usato per riequilibrare l'energia e favorire un sonno ristoratore.

Neuropatia periferica

LV3 (Taichong): contribuisce a migliorare la circolazione e il dolore neuropatico.

- GB34 (Yanglingquan): usato per il trattamento dei dolori neuropatici e per favorire il recupero da trattamenti oncologici.

3. Sintomi trattati e punti fuori meridiano

I punti fuori meridiano sono particolarmente importanti per affrontare sintomi specifici che non sempre si risolvono con i punti tradizionali.
I più utilizzati sono stati i seguenti:

Dolore neuropatico e muscolare

- Baxie e Bafeng: specifici per neuropatia periferica e dolori articolari.
- Luozhen: utile per rigidità e dolore cervicale.

Ansia, stress e insonnia

- Yintang: riduzione dell'ansia e della tensione mentale.
- Anmian: trattamento specifico per insonnia e rilassamento.

Fatigue e supporto energetico

- ST36 (Zusanli) e SP6 (Sanyinjiao): continuano a essere i punti più utilizzati per riequilibrare l'energia.

Conclusione

L'agopuntura si è affermata come un trattamento complementare prezioso in oncologia. L'evoluzione dell'uso dei punti nel periodo 2021-2024 presso il nostro ambulatorio evidenzia un approccio sempre più personalizzato, da cui i pazienti oncologici traggono beneficio in termini di riduzione dei sintomi legati alla malattia e ai trattamenti. Punti come LI4 (Hegu), ST36 (Zusanli), SP6 (Sanyinjiao) e GV20 (Baihui) sono stati utilizzati con frequenza crescente, mostrando l'efficacia di questi trattamenti su qualità della vita, fatigue, dolore e benessere psicologico.

Unit Medicina Integrata
AOU Careggi

SINTOMO	PUNTI DI AGOPUNTURA	BENEFICI PRINCIPALI
NAUSEA E VOMITO	PC6 (NEIGUAN), ST36	ALLEVIA NAUSEA E VOMITO DA CHEMIOTERAPIA
DOLORE	LI4 (HEGU), LV3 (TAICHONG)	RIDUCE DOLORE CRONICO E MUSCOLARE
FATIGUE	ST36, SP6	MIGLIORA L'ENERGIA E RIDUCE LA STANCHEZZA
ANSIA E STRESS	GV20 (BAIHUI), HT7	RIDUCE ANSIA, FAVORISCE RILASSAMENTO E SONNO
NEUROPATIA	GB34 (YANGLINGQUAN)	TRATTA DOLORE NEUROPATICO E MIGLIORA LA CIRCOLAZIONE

Tabella 1 – Punti di agopuntura, sintomo e beneficio.

Tabella 2 – Punti fuori meridiano più utilizzati e funzioni terapeutiche (2021 - 2024).

PUNTI FUORI MERIDIANO	POSIZIONE	INDICAZIONI TERAPEUTICHE	2021	2022	2023	2024
YINTANG	Tra le sopracciglia	Calma mentale, riduzione di ansia e stress	489	598	529	529
TAIYANG	Tempie	Allevia cefalea, riduzione della tensione mentale	8	6	4	4
ANMIAN	Dietro l'orecchio	Tratta insonnia, favorisce il rilassamento	10	13	6	6
BAXIE	Mano, tra le dita	Dolore muscolare e articolare, neuropatia	78	84	82	104
BAFENG	Piede, tra le dita	Dolore neuropatico, miglioramento della circolazione	72	72	104	104
LUOZHEN	Dorso della mano	Dolore al collo, rigidità cervicale	16	16	32	32

APPUNTAMENTI

6 GIUGNO 2025

Corso

Microbiota e microbioma: visione One Health e approccio integrato

Organizza:
CRMI in collaborazione con FORMAS

Ore 9.30 - 18
Sala delle Robbiane
Villa La Quiete Firenze

Info:
info@formas.toscana.it

3 LUGLIO 2025

Convegno

Trent'anni di agopuntura in Toscana

La medicina integrata
nel servizio sanitario regionale

Complesso di Santa Apollonia,
Via San Gallo 25
Firenze

Info:
centromedicinaintegrata@regione.toscana.it

19-21 GIUGNO 2025

Convegno

Integrative and Personalised Medicine 2025

QEII Centre in Westminster
Londra UK

Info:
info@ipmcongress.com
ipmcongress.com/

21-22 GIUGNO 2025

Convegno

SIO (Society of Integrative Oncology) Europe 2025 Integrative Oncology across the patient journey

The Mathematical Institute University of Oxford,
Oxford (UK)

Info:
www.sioeurope.org/

26- 27 SETTEMBRE 2025

XL Congresso nazionale S.I.R.A.A.

Clinica, terapia e ricerca: le radici della Società Italiana di Riflessoterapia, Agopuntura e Auricoloterapia (S.I.R.A.A.) in agopuntura, auricoloterapia e tecniche reflessoterapiche

Alghero

Info:
info@siraa.it
www.siraa.it

27-29 OTTOBRE 2025

XXII Conferenza internazionale Society of Integrative Oncology SIO

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

Residence Inn Boston Back Bay/Fenwa
Boston USA

Info:
integrativeonc.org/sio-2025-conference/

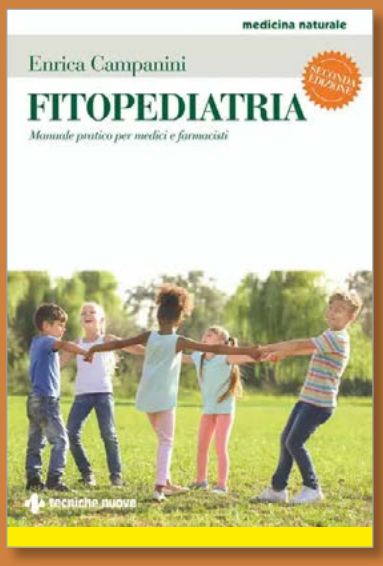
Arte terapia in oncologia

L'arte terapia è una disciplina che permette alle persone di esprimere se stesse attraverso le immagini e il dialogo con esse, senza dover ricorrere esclusivamente alle parole. Grazie alla varietà delle sue tecniche, offre un linguaggio 'altro' prezioso in particolare per chi ha difficoltà a comunicare verbalmente. Proprio per questa sua caratteristica, l'arte terapia è stata inizialmente applicata con bambini e pazienti psichiatrici, ma negli ultimi anni ha trovato una applicazione sempre più rilevante anche in ambito oncologico.
La sua efficacia e versatilità la rendono una risorsa preziosa in qualsiasi percorso psicoterapeutico, facilitando l'espressione spontanea e immediata delle emozioni più profonde in maniera, in modo simile a quanto avviene nei sogni.
Il libro *Arte terapia: una finestra per l'anima* esplora in profondità questa disciplina, illustrandone i principi fondamentali e i diversi campi di applicazione. In particolare, il volume si sofferma sull'esperienza fiorentina condotta con pazienti oncologici in varie fasi del percorso di cura: dalla riabilitazione fino alle cure palliative. Oltre a descrivere come l'arte terapia possa supportare chi affronta la malattia, il libro dedica spazio anche a esperienze di gruppi rivolti agli operatori sanitari, offrendo loro uno spazio di espressione e rielaborazione emotiva legata alla professione.
Il testo raccoglie testimonianze di donne affette da tumore che hanno sperimentato i benefici dell'arte terapia. Inoltre, presenta due modelli di intervento sviluppati dal 2005 presso il Centro di Riabilitazione Oncologica-ISPRO di Firenze, in collaborazione con la LILT Firenze. Questo progetto pilota ha rappresentato un passo importante nel riconoscimento delle terapie espressive come parte integrante del percorso di cura all'interno del sistema sanitario pubblico.
L'autrice del libro, Roberta Cini, è una psicoterapeuta specializzata in Arte Terapia presso l'Istituto di Art Therapy Italiana di Bologna. Dal 1990 collabora con i servizi di Oncologia e Cure Palliative della ASL di Firenze. Ha operato come consulente esterno per diverse Onlus, tra cui LILT, CALCIT Fiorentino, Fondazione FILE e Associazione La Finestra. Oltre a *Arteterapia: una finestra per l'anima*, ha pubblicato anche *Pensieri del tempo breve* e *Nella città delle donne*.

Arte terapia. Una finestra per l'anima
Roberta Cini
Gruppo Albatros Il Filo, 2024

Fitoterapia per i più piccoli

Recentemente aggiornato e rivolto a medici e farmacisti, il libro *Fitopediatria* di Enrica Campanini è una risorsa utile per promuovere la salute e il benessere nei bambini affetti da patologie comuni e diffuse in ambito pediatrico per le quali è possibile intervenire soprattutto in ottica preventiva.
L'approccio terapeutico proposto è quello tipico della medicina integrata che mira ad ampliare e diversificare il ventaglio delle soluzioni terapeutiche a disposizione del medico o dell'operatore sanitario nell'affrontare i problemi dei più piccoli.
Questa guida pratica e sicura consente di verificare rapidamente le caratteristiche terapeutiche delle piante medicinali prescritte, grazie a 56 schede aggiornate e suddivise per patologia.
Laureata in Medicina e Chirurgia a Firenze nel 1982, Enrica Campanini ha conseguito il Diploma Universitario in Fitoterapia e Piante Medicinali presso l'Università di Montpellier (Francia). Vive e lavora a Firenze dove svolge la libera professione di medico esperto in Fitoterapia e Omeopatia. Conduce anche attività di docenza in corsi di formazione per medici e farmacisti presso diverse sedi istituzionali. Collabora con riviste del settore ed è autrice di numerosi libri sull'impiego clinico delle piante medicinali.



Fitopediatria
Manuale pratico
per medici e farmacisti
Enrica Campanini
Tecniche Nuove Milano 2025

NEWS

DALLE REGIONI

Umbria: evento formativo su oncologia e medicina integrata

Si è svolto lo scorso 5 aprile a Terni, presso la sede dell'Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri (OMCeO) provinciale, il 4° Convegno dell'Associazione regionale umbra per le medicine non convenzionali.
Dopo passate edizioni che hanno trattato temi che avevano implicazioni con la vita del malato e con la sua cerchia familiare e sociale, quest'anno è stato affrontato un argomento di particolare rilevanza qual è quello dell'oncologia.
'Le statistiche del 2023 – spiega Marco Bianchi, responsabile scientifico dell'evento e Presidente dell'Associazione - indicano che il 4% della popolazione italiana è affetta da un patologia oncologica, in maggior parte donne e anziani.... Osservato che ci si ammala di più soprattutto per l'invecchiamento, possiamo constatare anche che la mortalità diminuisce grazie a cure e approcci terapeutici sempre migliori', come ad esempio la medicina di precisione e personalizzata, le terapie a bersaglio molecolare, l'immunoterapia ecc.'
Ciò, continuano gli organizzatori, segna un 'cambio di paradigma dove l'essere umano, la persona, è al centro degli interventi, all'interno di una visione 'finalmente olistica'.
Nel corso dell'evento 'Oncologia e medicina integrata' sono state esplorate tematiche di ampio respiro quali l'agopuntura nella gestione degli effetti collaterali delle terapie oncologiche, il sostegno nutrizionale al paziente oncologico durante e dopo le terapie, la prevenzione terziaria, le molecole vegetali in oncologia.
In apertura ha portato i saluti istituzionali ai presenti Alessandro Camilli, Presidente dell'OMCeO di Terni che, insieme alla Regione Umbria, ha dato il patrocinio alla giornata di formazione.

DALL'ITALIA

Dismenorrea primaria e agopuntura: una svolta nelle linee guida cliniche

L'Istituto Superiore di Sanità (ISS) ha recentemente pubblicato un Addendum all'interno del Sistema Nazionale Linee Guida (SNLG), focalizzato sulla terapia della dismenorrea primaria con agopuntura.
Il documento si aggiunge alla Linea Guida 'Agopuntura per il dolore' del 2022, consolidando il ruolo dell'agopuntura come risorsa terapeutica validata scientificamente.
Secondo la Federazione Italiana delle Società di Agopuntura (FISA), l'Addendum è stato redatto seguendo il metodo GRADE (Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation), un sistema di valutazione riconosciuto a livello internazionale per trasparenza e rigore metodologico. Questo approccio garantisce un'analisi critica e strutturata delle evidenze scientifiche disponibili, offrendo ai clinici uno strumento affidabile per orientare le scelte terapeutiche. La revisione sistematica della letteratura si è concentrata su un quesito clinico chiave: *Nelle pazienti con dismenorrea primaria di intensità moderata o severa, l'agopuntura dovrebbe essere proposta come alternativa al trattamento abituale con antidolorifici?*
I risultati della revisione hanno portato alla seguente raccomandazione clinica: *"Nelle donne in età riproduttiva con dismenorrea primaria di intensità moderata o severa, il panel raccomanda di prescrivere un trattamento con agopuntura rispetto al trattamento usuale con farmaci antidolorifici"*.
Il grado di certezza delle prove di efficacia è stato classificato come "moderato", mentre la forza della raccomandazione è risultata essere "forte a favore dell'agopuntura".
Le evidenze scientifiche indicano che l'agopuntura può ridurre significativamente l'intensità del dolore e migliorare la qualità della vita nelle donne affette da dismenorrea primaria. Inoltre, si conferma come un'opzione terapeutica sicura ed efficace, con un profilo di tollerabilità migliore rispetto ai trattamenti farmacologici classici. L'approccio agopunturale offre un trattamento privo degli effetti collaterali tipici dei farmaci antidolorifici e, allo stesso tempo, agisce su diversi aspetti del benessere della paziente, contribuendo a una gestione più olistica della condizione.
La pubblicazione dell'Addendum non rappresenta un punto di arrivo, ma piuttosto una tappa significativa nel percorso di crescita e consolidamento dell'agopuntura all'interno della medicina basata sull'evidenza (EBM).
L'auspicio è che l'integrazione dell'agopuntura nelle linee guida cliniche possa favorire una maggiore diffusione e accettazione di questa disciplina, rendendola una scelta terapeutica sempre più accessibile e condivisa tra professionisti della salute e pazienti.

Fonte: FISA https://agopuntura-fisa.it/

Indagine sulla medicina dei simili

Nel corso dell'ultimo anno, quasi 18,5 milioni di italiani hanno scelto medicinali omeopatici, evidenziando una tendenza in crescita rispetto al passato. Questa dinamica è emersa da un'indagine condotta da Eumetra per Omeoimprese, che ha coinvolto 1.400 adulti (oltre i 18 anni) attraverso 900 interviste online e un sovracampionamento di ulteriori 500 interviste in quattro regioni: Lombardia, Veneto, Toscana e Campania.
Lo studio ha messo in luce il livello di consapevolezza e i comportamenti dei consumatori nei confronti dei medicinali omeopatici. In particolare, il 98% della popolazione adulta ne è a conoscenza e il 66% li ha acquistati almeno una volta nella vita.
Tra le principali motivazioni che spingono alla scelta dell'omeopatia, il 54% dei rispondenti considera questi medicinali prodotti naturali, il 42% li ritiene privi di effetti collaterali, mentre il 33% li associa a un potenziamento del sistema immunitario. Le aree di utilizzo più frequenti includono il trattamento di sintomi influenzali, raffreddore e mal di gola (33%), insonnia e stress (28%), il rafforzamento del sistema immunitario (26%), dolori muscolari-articolari (23%) e disturbi gastro-intestinali (20%).
Il ruolo dei professionisti della salute risulta determinante: il 44% dei consumatori ha acquistato medicinali omeopatici su prescrizione del medico o del pediatra, mentre il 52% si è affidato al consiglio del farmacista. Inoltre, il 31% degli intervistati manifesta l'interesse ad approfondire la conoscenza su questi farmaci, interesse che sale al 49% tra chi li ha utilizzati negli ultimi sei mesi. L'identikit del consumatore tipico evidenzia una prevalenza di donne (60% contro il 40% degli uomini), con un'età compresa tra 35 e 55 anni e una maggiore

diffusione nel Nord-Est e nel Centro Italia, in particolare in Toscana, dove il tasso di utilizzo arriva al 75%.
Cresce l'online: il 21% degli utilizzatori ha comprato almeno una volta su Internet anche se la farmacia resta il punto di riferimento. Il 92% degli acquirenti infatti continua a preferire il canale fisico delle farmacie e parafarmacie sul territorio per i propri acquisti. A governare i consigli sui farmaci omeopatici sono il medico di base (54%), seguito dal pediatra (44%) e dal medico esperto in omeopatia (34%).

DALL'EUROPA

Medicine integrate in Germania

Il panorama della medicina in Germania si arricchisce di un interesse crescente verso le Medicine Tradizionali, Complementari e Integrate (TCIM). Studi precedenti hanno evidenziato che circa il 60% della popolazione tedesca fa ricorso a queste discipline e un recente studio trasversale ha approfondito l'attuale utilizzo e l'accettazione di tali approcci.
Il campione considerato, rappresentativo della popolazione tedesca compresa tra 18 e 75 anni, ha partecipato a un'indagine *online* realizzata mediante Computer Assisted Web Interview (CAWI) e affidata a tre istituti tedeschi di ricerca di mercato. I dati raccolti sono stati analizzati sia in chiave descrittiva sia inferenziale.
Dei 4.065 partecipanti, di cui il 52% donne, il 48% uomini e lo 0,4% appartenenti ad altre categorie, soltanto il 21,5% ha completato l'intero questionario. Tuttavia, i risultati hanno mostrato che il 70% degli intervistati ha utilizzato le TCIM almeno una volta nella vita, il 32% lo ha fatto negli ultimi 12 mesi e il 18% ne fa uso attualmente. Tra i vari motivi, il dolore muscolo-scheletrico emerge come il più citato (17%). Inoltre, il 39% dei partecipanti ritiene che le TCIM abbiano un ruolo importante per la propria salute.
Parlando di efficacia, la medicina tradizionale europea ha ricevuto valutazioni positive: il 27% dei partecipanti l'ha giudicata molto efficace, mentre il 44% l'ha ritenuta parzialmente efficace. A titolo di confronto, la medicina convenzionale è stata valutata come molto o principalmente efficace dal 69% degli intervistati, e solo il 19% l'ha considerata parzialmente efficace.
L'indagine ha inoltre rivelato che il 35% degli intervistati considera le terapie tradizionali, complementari e integrate una valida opzione di supporto alla medicina convenzionale, mentre il 33% le ritiene efficaci se combinate con essa.
In sintesi, i risultati di questo studio confermano che l'uso delle TCIM in Germania resta elevato. Gli autori sottolineano l'importanza di riconoscere il valore di queste terapie nella definizione delle politiche sanitarie nazionali e ribadiscono la necessità di approfondire il loro studio con rigorosi trial clinici randomizzati, al fine di valutare con precisione l'efficacia, la sicurezza e l'impatto economico per il futuro.

Fonte: Jeitler M, Ortiz M. , Brinkhaus B , Sigl M , et al. Use and acceptance of traditional, complementary and integrative medicine in Germany—an online representative cross-sectional study. Frontiers in Medicine VOLUME 11 2024.

Approccio integrato e globale all'antibioticoresistenza

Nel 2020, nell'UE/SEE sono state registrate oltre 800.000 infezioni da batteri resistenti agli antibiotici, che hanno causato più di 35.000 decessi e oltre 1 milione di anni di vita persi per disabilità (DALY). Di queste infezioni, oltre il 70% è associato all'assistenza sanitaria.
Nel novembre 2024, EUROCAM, in collaborazione con il Charité Competence Center for Traditional and Integrative Medicine (CCCTIM) di Berlino, ha organizzato il webinar "Orizzonti della ricerca: il contributo delle TCIH alla lotta contro l'AMR in Europa", dedicato al ruolo delle Terapie Complementari e Integrate in Medicina (TCIH) nel contrasto alla resistenza antimicrobica (AMR) nell'ottica della visione One Health.
I relatori hanno evidenziato come le TCIH rappresentino una risorsa strategica per affrontare il fenomeno dell'antibioticoresistenza, riducendo l'uso eccessivo di antibiotici e promuovendo approcci preventivi nella gestione delle infezioni. Dominique Monnet (Centro europeo per la prevenzione e il controllo delle malattie, ECDC) ha illustrato i dati europei, sottolineando l'urgenza di adottare pratiche innovative.
Durante il webinar è stata evidenziata la necessità di una cooperazione internazionale più ampia per favorire lo scambio di conoscenze, la condivisione dei risultati della ricerca e lo sviluppo di progetti mirati all'applicazione delle TCIH, nel quadro di un approccio One Health che integra salute umana, animale e ambientale.
Promuovendo un modello globale incentrato sul paziente, le TCIH contribuiscono a ridurre la dipendenza dagli antibiotici offrendo misure preventive e trattamenti basati su pratiche sostenibili. Per consolidare questo approccio, è fondamentale aumentare gli investimenti nella ricerca, rafforzare il sostegno politico e sviluppare linee guida che integrino le TCIH in una strategia complessiva di prevenzione e gestione della resistenza antimicrobica."Siamo in ritardo rispetto agli obiettivi fissati per il 2030 ed è necessario adottare un approccio più mirato nell'ambito One Health, concentrandoci su soluzioni che prevengano le infezioni e riducano il consumo superfluo di antibiotici", ha concluso da uno dei relatori.
EUROCAM ha sottolineato il proprio impegno a favorire l'integrazione delle TCIH nei sistemi sanitari, promuovendo la ricerca e collaborando attivamente con politici, operatori sanitari e ricercatori per il riconoscimento e lo sviluppo di una visione condivisa verso un futuro più sano e sostenibile.

Infezioni delle vie aeree superiori e omeopatia

Uno studio di coorte esplorativo ha valutato la recidiva delle infezioni acute delle vie respiratorie superiori (aURTI) e l'uso di antibiotici entro 12 mesi, confrontando pazienti trattati con medicinali omeopatici e pazienti trattati con farmaci convenzionali

di quattro classi terapeutiche specifiche. La ricerca, basata su dati elettronici del database Disease Analyzer (IQVIA) relativi a pazienti tedeschi tra il 2010 e il 2018, ha incluso 610.118 soggetti. I risultati hanno mostrato che l'uso di farmaci nasali era associato a un rischio di recidiva leggermente superiore rispetto ai medicinali omeopatici, mentre farmaci per tosse, raffreddore e analgesici non oppioidi mostravano un rischio lievemente inferiore. Inoltre, le analisi hanno indicato che le prescrizioni di antibiotici erano meno frequenti nei pazienti trattati con omeopatia, sia nella popolazione generale sia nei sottogruppi per età.
Lo studio conclude che, nella pratica clinica reale, i medicinali omeopatici possono essere considerati un'opzione terapeutica valida per le aURTI non complicate, pur riconoscendo le limitazioni metodologiche del database utilizzato.

Fonte: Banik N, De Jaegere S, Niederle S, Reineke T. Homeopathic and conventional treatments for acute upper respiratory tract infections (aURTI): Real-World cohort study on recurrence and antibiotic prescriptions. Complement Med Res. 2025 Jan 8:1-23. doi: 10.1159/000543183.

DAL MONDO

Ricerca in agopuntura. Stato dell'arte

Negli ultimi decenni, si è registrato un notevole incremento della ricerca sull'agopuntura che ha determinato una crescita significativa delle evidenze relative ai suoi effetti in diverse condizioni mediche, rendendo sempre più complessa la supervisione e la valutazione di tali dati. Alcune revisioni comparative hanno cercato di stimare approssimativamente il livello di evidenza dell'agopuntura per qualsiasi condizione medica sulla base degli studi pubblicati tra il 2017 e il 2022.
È stata effettuata una ricerca in Pubmed filtrando i risultati per individuare revisioni sistematiche e metanalisi (SR/MA). I risultati sono stati assegnati alle varie discipline mediche e ordinati per specifiche condizioni cliniche.
Ogni SR/MA è stata valutata considerando la qualità della revisione (QoR), la qualità dei dati (QoD) e la qualità delle prove (QoE). Per fornire una visione d'insieme, i risultati sono stati valutati in 4 categorie: a) evidenza di effetto positivo, b) evidenza di potenziale effetto positivo, c) evidenza insufficiente/non chiara, d) nessuna evidenza di effetto/evidenza di nessun effetto.
I risultati sono stati i seguenti: dopo l'applicazione dei criteri di esclusione, sono rimaste 862 SR/MA da valutare. I risultati sono stati assegnati e ordinati come descritto, ottenendo 184 condizioni mediche. In 10 di queste condizioni, le SR/MA hanno mostrato evidenza di effetto positivo, tra cui: dolore cronico, lombalgia, osteoartrite del ginocchio, nausea e vomito postoperatori, emicrania, cefalea tensiva, fatigue correlata al cancro, sintomi della menopausa e infertilità femminile, (in aggiunta ai trattamenti medici riproduttivi), prostatite cronica/sindrome del dolore pelvico cronico negli uomini.
In altre 82 condizioni mediche, le SR/MA hanno supportato l'evidenza di un potenziale effetto positivo; in 86 condizioni l'evidenza è risultata insufficiente o non chiara; mentre in sei condizioni non è stata rilevata alcuna evidenza di effetto o è emersa evidenza di assenza di effetto. Rispetto alle precedenti revisioni fino al 2017, si osserva un aumento del numero di condizioni mediche con livelli di evidenza di qualità superiore, ovvero evidenza di effetto positivo ed evidenza di potenziale effetto positivo.
Rispetto agli anni precedenti, si osserva anche un aumento di quantità e qualità delle evidenze sull'agopuntura nel periodo 2017-2022. In totale, le 862 SR/MA incluse hanno permesso una revisione comparativa di 184 condizioni mediche. Tra queste, 10 hanno mostrato evidenza di effetto positivo e 82 hanno suggerito potenziali benefici. Tuttavia, è importante sottolineare che per 86 indicazioni mediche le evidenze sono risultate insufficienti per trarre conclusioni definitive, e in 6 condizioni non è emersa alcuna evidenza di effetto. Questo aspetto dovrebbe essere considerato con attenzione negli studi futuri, e le linee guida, come STRICTA e CONSORT, dovrebbero essere seguite con maggiore rigore.

Osteoartrite del ginocchio e omeopatia

L'osteoartrite del ginocchio (OAG) è un problema muscoloscheletrico diffuso caratterizzato da perdita di cartilagine e proliferazione della componente ossea associata a dolore articolare, gonfiore, rigidità e crepitio, soprattutto negli anziani. Nel 2020, la prevalenza globale stimata di OAG è stata di 86,7 milioni di persone, con un aumento direttamente correlato all'età. In India, la prevalenza negli anziani varia tra il 32% e il 64%, con impatti significativi sulla qualità della vita.
La terapia convenzionale si basa prevalentemente sui farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS), somministrati per via topica e sistemica, e, a breve termine, su iniezioni intra-articolari di corticosteroidi. Tuttavia, gli effetti collaterali associati a tali trattamenti hanno determinato una crescente tendenza all'adozione di terapie complementari. In tal senso, le linee guida dell'American College of Rheumatology/Arthritis Foundation (2019) raccomandano l'inclusione di pratiche come yoga, agopuntura e tai-chi nella gestione di questa condizione.
Uno studio clinico randomizzato, controllato con placebo e in doppio cieco (rapporto 1:1), condotto presso gli ambulatori di un ospedale del Bengala Occidentale ha valutato l'attività dell'omeopatia su questa condizione. I criteri di inclusione comprendevano: età tra 50 e 75 anni, diagnosi di OAG secondo i criteri di classificazione dell'American College of Rheumatology e consenso informato scritto.
Ai partecipanti (N. 40) sono stati somministrati medicinali omeopatici individualizzati o un placebo, randomizzati 1:1, in aggiunta alla terapia convenzionale in corso, come previsto dal protocollo e in conformità con l'approvazione del comitato etico. Gli endpoint primari erano rappresentati dal punteggio KOOS (Knee injury and Osteoarthritis Outcome Score) e dai punteggi derivati dall'indice WOMAC (Western Ontario and McMaster Universities Arthritis Index). Gli endpoint secondari includevano il questionario EQ-5D-5L e la scala analogica visiva (VAS). Tutti i parametri sono stati valutati al basale e dopo due mesi di trattamento. L'analisi dei dati è stata effettuata secondo il principio dell'intention-to-treat, stimando le differenze tra i gruppi e le dimensioni dell'effetto (d di Cohen).
I risultati hanno mostrato differenze statisticamente significative a favore del gruppo trattato con medicinali omeopatici rispetto al placebo in tutte le sottoscale KOOS: sintomi ($p<0,001$), dolore ($p<0,002$), attività della vita quotidiana ($p=0,001$), sport e tempo libero ($p<0,016$) e qualità della vita ($p<0,002$). Anche i punteggi WOMAC derivati dal KOOS hanno mostrato un miglioramento significativo nel gruppo omeopatico rispetto al placebo per rigidità ($p<0,001$) e dolore ($p<0,001$). Miglioramenti significativi sono stati osservati anche nei punteggi del questionario EQ-5D-5L ($p<0,001$) e nella VAS EQ-5D-5L ($p<0,001$).
I medicinali omeopatici prescritti più spesso sono stati: *Sulphur* (15%), *Arnica montana* (12,5%), *Natrum muriaticum* (12,5%), *Medorrhinum* (10%) e *Rhus toxicodendron* (10%).

Fonte: Bhattacharyya S, Chatterjee C, Saha S, et al. Individualized Homeopathic Medicines in the Treatment of Knee Osteoarthritis: Double-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Feasibility Trial. Homeopathy. 2024 Aug;113(3):158-166.

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

CRMI
Centro Regionale per la Medicina Integrata

SST Servizio Sanitario della Toscana

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,
Carmelo Pasquale Guido, 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

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.