

Il possibile ruolo delle terapie complementari nel trattamento delle cefalee: dalle modalità 'classiche' ai preparati enzimatici biodinamici

Ennio Pucci

Headache Science Center - University Consortium for the Study of Adaptive Disorders and Headache (UCADH), Department of Brain and Behavioral Sciences, University of Pavia. Foundation National Neurological Institute IRCCS "C.Mondino" Pavia.

Riassunto. Nel presente contributo si pone l'attenzione sull'utilità della medicina complementare, a integrazione del percorso terapeutico tradizionale, che può rappresentare una interessante opportunità per il paziente. Molto importante è avere un approccio alla medicina complementare, non in alternativa alla cure mediche convenzionali, ma valutandone i rischi-benefici sulla base di una efficacia documentata consultando il medico. Da qualche tempo i centri cefalee stanno fornendo terapie complementari con buoni risultati (per es. biofeedback).

Parole chiave: agopuntura, centri cefalee, medicina complementare, medicina convenzionale, terapia complementare enzimatica, integratori alimentari biodinamici

THE POSSIBLE ROLE OF COMPLEMENTARY THERAPIES IN THE TREATMENT OF HEADACHE: FROM 'CLASSIC' METHOD TO BIODYNAMIC ENZYMATIC PREPARATIONS

Summary. This article focuses on the usefulness of complementary medicine, which can complement the traditional course of treatment and be an interesting opportunity for patients. It is very important not to approach complementary medicine as an alternative to conventional medical care, but rather, consulting a doctor, to weigh up its risks and benefits on the basis of its documented effectiveness. For some time now, headaches centres have been providing complementary therapies with good results (e.g. biofeedback).

Key words: acupuncture, headache centres, complementary medicine, conventional medicine, enzymatic complementary therapies, biodynamic enzymatic preparations

EL POSIBLE PAPEL DE LA TERAPIA COMPLEMENTARIA EN EL TRATAMIENTO DE LAS MIGRAÑAS: DESDE EL MODO 'CLÁSICO' HASTA LOS PREPARADOS ENZIMÁTICOS BIODINÁMICOS

Resumen. Este artículo se enfoca en la utilidad de la medicina complementaria, que puede ser una integración del tratamiento terapéutico tradicional y volverse una oportunidad interesante para los pacientes. Es muy importante considerar la medicina complementaria no como una alternativa a la atención médica convencional, sino más bien una opción que tiene que ser evaluada con sus riesgos y sus beneficios, sobre la base de una eficacia documentada. Desde hace algún tiempo, los centros para la cura de la cefaleas han estado proporcionando terapias complementarias, con buenos resultados (por ejemplo biofeedback).

Palabras clave: acupuntura, centros de cefaleas, medicina complementaria, medicina convencional, terapia complementaria enzimáticas, preparados enzimáticos biodinámicos

Nel secolo scorso ed in particolare nel primo ventennio dopo la seconda guerra mondiale, nei paesi dell'Europa Occidentale e del Nord America, sono vorticosamente cresciute le attività industriali. Paese industrializzato ha assunto così il significato comune di sviluppato ed economicamente ricco, mentre la prevalenza di agricoltura e di terziario ha indicato per molti anni una società povera e generalmente non produttiva. La Medicina Complementare, per definizione, rivela un'impostazione, basata su evidenze scientifiche, che apre all'integrazione di alcune pratiche nell'ambito di un percorso terapeutico convenzionale. Una collaborazione che può rappresentare una grande opportunità per la tutela della salute e del benessere del paziente. Biofeedback, agopuntura, chiropratica, fitoterapia, omeopatia sono tra le pratiche sanitarie più conosciute che vanno sotto il nome di Medicina Complementare o Alternativa. Innanzitutto occorre stabilire la definizione. La più corretta sembra Medicina Complementare, che sta ad indicare la sua integrazione con i metodi di cura della medicina "ufficiale" o "convenzionale". Nei paesi a basso e medio reddito circa 80% della popolazione si affida alla Medicina Complementare per i propri bisogni sanitari. Una diffusione crescente che sta interessando anche i paesi industrializzati a più alto reddito, in alcuni dei quali sino al 65% della popolazione dichiara di aver fatto ricorso a queste forme di medicina. Per sgombrare il campo da equivoci, non bisogna considerare la Medicina Complementare come un insieme di cure miracolose che possono determinare magicamente la guarigione di un paziente, ma come pratiche la cui opportunità di utilizzo va valutata in base al rapporto rischi-benefici e in base ad una documentata efficacia. Il rischio è infatti che questi metodi di cura vengano considerati "alternativi" rispetto alle cure mediche convenzionali ed utilizzati, al di fuori di ogni controllo, senza tenere conto di una diagnosi, di terapie convenzionali più efficaci, di interferenze tra esse e i farmaci che si assumono magari per patologie importanti e vitali già diagnosticate (ad es. diabete o ipertensione). Questo dipende molto dall'atteggiamento del paziente, sempre più orientato all'auto-cura. Se considerate "alternative" cioè in contrapposizione e in sostituzione rispetto alle cure della medicina classica, queste pratiche possono presentare seri rischi. Il rischio per il paziente è che possano risultare inutili, quando non addirittura dannose, e che possano impedire o ritardare il ricorso ad altre cure

più efficaci con conseguenze talora drammatiche. Proprio nell'ottica di tutelare la salute del paziente bisogna avere un atteggiamento prudente, mostrando apertura verso le terapie alternative o complementari risultati efficaci dopo essere stati testati. Il paziente deve informarsi attraverso fonti attendibili sulla Medicina Complementare. Vista la diffusione delle pratiche complementari spesso utilizzate autonomamente dai pazienti, occorre aumentare la consapevolezza del paziente sui possibili rischi connessi all'uso della Medicina Complementare. Bisogna porre l'accento sulle possibili interazioni negative di farmaci tradizionali con farmaci di Medicina Complementare e indurre i pazienti a consultare il Medico. Particolare prudenza è raccomandata per i bambini, le donne in gravidanza o in allattamento, gli anziani e, in generale, tutte quelle persone che per altre malattie stanno assumendo dei medicinali. Uno dei problemi che accompagna l'utilizzo della Medicina Complementare è la scarsa informazione e conoscenza da parte del Medico, anche dello specialista delle Cefalee. Negli ultimi anni, infatti, sempre più Centri Cefalee si sono attivati a fornire ai pazienti, a loro afferenti, terapie complementari o alternative con ottimi risultati, come evidenziato per alcune terapie da una ricca produzione scientifica (ad es. Biofeedback). Le principali pratiche di Medicina Complementare sono:

Biofeedback

Il termine biofeedback deriva dalla contrazione dei termini *biological feedback*, è un metodo terapeutico non farmacologico che permette di acquisire il controllo volontario su funzioni dell'organismo (tensione muscolare, battito cardiaco, frequenza del respiro, sudorazione) di cui normalmente non si ha consapevolezza; consente pertanto, al paziente, mediante l'ausilio di una particolare strumentazione elettronica, di apprendere progressivamente, controllare ed autoregolare una propria funzione fisiologica.

Agopuntura

Si basa sulla concezione che dietro la malattia ci sia un'alterazione o uno squilibrio dei sistemi di rego-

lazione dell'organismo. Con l'agopuntura è possibile agire sull'organismo allo scopo di correggere eventuali fasi di squilibrio attraverso la stimolazione di zone particolari della cute, chiamate *agopunti*, localizzati su strutture denominate *Meridiani*. Il medico agopuntore ristabilisce l'equilibrio dell'organismo curando o prevenendo diverse malattie.

Chiropratica e Osteopatia

Sono pratiche con grande diffusione che si basano, ciascuna con una differente impostazione, sui trattamenti manuali per curare e prevenire diversi disturbi dell'organismo. Soprattutto, sono pratiche sanitarie volte alla diagnosi, al trattamento e alla prevenzione dei disturbi dell'apparato muscolo-scheletrico e degli effetti di tali disturbi sul sistema nervoso e sullo stato di salute generale. Particolare importanza è attribuita a tecniche di trattamento manuale quali la manipolazione vertebrale e il massaggio cranio-sacrale.

Fitoterapia

È una strategia terapeutica basata sull'uso di piante medicinali e di loro derivati ed estratti, opportunamente trattati. Il paziente è visto come un sistema globale e integrato in cui l'azione del *fito-complesso*, da solo o in associazione ad altri, è quella di intervenire contemporaneamente su diversi organi e apparati del paziente, in modo da ottenere una reazione terapeutica a più livelli, che determina una guarigione non solo sul sintomo specifico. Ma anche di tutto l'organismo nel suo complesso.

Omeopatia

È una strategia terapeutica che utilizza a scopo curativo e in dose non tossica sostanze capaci di produrre (se utilizzate in dosi tali da risultare tossiche) sintomi simili a quelli della malattia da curare. Le sostanze utilizzate a scopo terapeutico (medicine) vengono tecnicamente chiamate *Rimedi*. Le più comuni forme di somministrazione sono globuli o granuli

(saccarosio+lattosio) o gocce (in diluizione alcolica) di solito per via orale ma talvolta per via inalatoria e cutanea.

Integrazione alimentare e Nutraceutica

“Fai che il cibo sia la tua Medicina”, scriveva Ippocrate 2.500 anni fa: oggi un'industria sempre meno ricca di farmaci sembra aver preso alla lettera questa raccomandazione e si assiste ad un'offerta crescente di preparati finalizzati ad integrare principi naturalmente presenti nei cibi ma in quantitativi ritenuti insufficienti (“Integratori alimentari”) e a prodotti alimentari integrati con principi attivi o carenti di alcune sostanze (ad esempio glutine) o titolati in principi attivi, che vengono inquadrati quali “nutraceutici” (neologismo da “nutrizione” e “farmaceutica” coniato da Stephen De Felice nel 1989), definiti anche “alimenti funzionali”. Certamente uno stimolo anche a cercare (o evitare), nella normale alimentazione, cibi che possano risultare nel bene o nel male importanti per il mantenimento della salute (nel caso delle cefalee è ben noto il ruolo scatenante dell'assunzione di cibi contenenti tiramina, come formaggi, banane, cioccolato e vino rosso).

Terapia complementare enzimatica (TCE)

Ben diverso è il ruolo dei preparati cosiddetti “biodinamici” che, pur essendo classificati quali “Integratori” (IAB, Integratori Alimentari Biodinamici, capostipite: Citozym), di fatto rappresentano una terza via fra farmaci ed integratori convenzionali, in quanto esercitano la propria azione attivando e riportando alla normalità funzionale enzimi legati soprattutto al metabolismo mitocondriale. Frutto di avanzatissime ricerche biotecnologiche “a conversione enzimatica sequenziale”, questi preparati vengono definiti “biodinamici” grazie alla loro capacità di favorire i metabolismi bioenergetici intracellulari, fondamentali per tutti gli altri metabolismi della cellula. Un'esperienza di oltre trent'anni di lavoro nel campo delle biotecnologie delle conversioni enzimatiche costituisce il know-how alla base di studi che hanno portato a identificare sia gli enzimi sia le sequenze enzimatiche che, emulando le

sequenze biologiche intracellulari, hanno consentito di elaborare specifici substrati nutrizionali riconoscibili da parte degli enzimi, che possono così utilizzarli per liberarsi di eventuali antagonisti presenti nei siti attivi (metalli pesanti) ed essere nuovamente disponibili per le attività enzimatiche connesse al metabolismo glucidico e alle vie metaboliche correlate con il Ciclo di Krebs. Sono in corso importanti ricerche universitarie sull'impiego di questi preparati nel trattamento di patologie croniche e degenerative, infettivologiche ed oncologiche. Il nostro Gruppo sta utilizzando la TCE soprattutto nelle strategie di "washout" di pazienti che giungono alla nostra osservazione con una politerapia in atto che impedisce di fatto l'impostazione di adeguate strategie nel trattamento di cefalee di lunga data.

Nota bibliografica

1. Bellavite P, Conforti A, Lechi A, Menestrina F, Pomari S. Le medicine complementari. Definizioni, applicazioni, evidenze scientifiche disponibili. UTET, Torino, 1998
2. Raschetti R. La medicina delle evidenze scientifiche e le diverse culture della guarigione. Ann Ist Super Sanità, 1999; 35:483-488.
3. Nahir R, Straus SE. Research into complementary and alternative medicine: problems and potential. BMJ, 2001; 322:161-164.
4. Headache Classification Subcommittee of the International Headache Society. The International Classification of Headache Disorders. Cephalalgia 2004; 24(Suppl. 1):1-151.
5. Rasmussen BK, Jensen R, Schroll M, Olesen J. Epidemiology of headache in a general population-prevalence study. J Clin Epidemiol 1991; 44:1147-57.
6. Von Korf M, Steward WF, Simon DJ, Lipton RB. Migraine and reduced work performance. Neurology 1998; 50:1741-45.
7. Nesturioc Y, Martin A, Rief W, Andrasik F. Biofeedback treatment for headache disorders: a comprehensive efficacy review. Appl Psychophysiol Biofeedback 2008; 33(3):125-140.
8. Di Chiara M. Agopuntura: l'antica scienza cinese della salute. Fenice 2000, Milano 1995.
9. Keays AC, Neher JO, Safranek S, Webb CW. Clinical inquiries. Is osteopathic manipulation effective for headaches? J Fam Pract 2008; 57(3):190-1.
10. Dobrilla G, Coruzzi G. Fitoterapia. Dalle evidenze cliniche agli effetti indesiderati. Pensiero Scientifico Editore, Roma 2005.
11. Jonas WB, Kaptchuk TJ, Linde K. A critical overview of Homeopathy. Ann Intern Med 2003; 138:393-399.
12. Lucchetti M. Tecniche e terapie non convenzionali per il trattamento del dolore. Acta Anaesth Italica; 2004; 55:8-32.
13. Richardson J. The use of Randomized Controlled Trials in complementary therapies: exploring the issues. Journal of Advanced Nursing, 2000; 32(2):398-406.
14. Verhoef MJ, Casebeer AL, Hilsden RJ. Assessing efficacy in Complementary Medicine: Adding Qualitative Research Methods to the "Gold Standard". The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 2002; 8(3):275-281.
15. Biondi DM. Physical treatment for headache: a structured review. Headache 2005; 45:738-746.
16. Rains JC. Change mechanisms in EMG biofeedback training: cognitive changes underlying improvements in tension headache. Headache 2008; 48(5):735-6.
17. Pucci E, Antonaci F, Costa A, De Cillis I, Sandrini G, Nappi G. Medicina complementare e cefalee primarie. Confinia Cephalalgia 2010; XIX(1).
18. Bhowmick LJ, Wachholtz A. Does complementary and alternative medicine (CAM) use reduce negative life impact of headaches for chronic migraineurs? A national survey. Springerplus 2016; 7:5(1): 1006.
19. Cowan RP. CAM in the word: you may practice evidence-based medicine, but your patients don't. Headache 2014; 54(6): 1097-1102.
20. Adams J, Barbery G, Lui CW. Complementary and alternative medicine use for headache and migraine: a critical review of the literature. Headache 2013; 53(3): 459-473.
21. Wells RE, Bertisch SM, Buettner C, Phillips RS, McCarthy EP. Complementary and alternative medicine use among adults with migraines/severe headaches. Headache 2011; 51(7): 1087-1097.
22. Sun-Edelstein C, Mauskop A. Alternative headache treatments: nutraceutical, behavioral and physical treatments. Headache 2011; 51(3): 469-483.
23. Lambert TD, Morrison KE, Edwards J, Clarke CE. The use of complementary and alternative medicine by patients attending a UK headache clinic. Complement Ther Med. 2010; 18(3-4): 128-134.
24. Rovelli R. Biodinamica: dall'agricoltura alla salute dell'uomo. Pianeta Salute 2016; 5: 6-11.