



Dr. Alessandro Liberati
Direttore del Centro Cochrane Italia

LE MEDICINE ALTERNATIVE

*Testo raccolto da Guido Romeo (guido.romeo@gmail.com)
Tratto da Il Sole 24 Ore*

Cosa sono le medicine alternative?

Omeopatia, trattamenti manuali, fitoterapia e agopuntura sono quelle più comunemente incluse in questa definizione. Più che alternative, sarebbe meglio definirle "non convenzionali" (Mnc) o "complementari" per non lasciar pensare che possano sottrarsi a una rigorosa valutazione di efficacia in quanto basate su presupposti epistemologici e culturali diversi.

Per le cure complementari esiste un processo di validazione analogo a quello delle convenzionali?

È bene ricordare che per le cure convenzionali un processo codificato di validazione attraverso test pre-clinici e clinici esiste solo per i farmaci. Per i dispositivi medici, gli strumenti diagnostici e gli interventi chirurgici sono richieste prove di sicurezza ma non di efficacia comparativa. Per le Mnc la situazione è articolata. Per i rimedi omeopatici l'Aifa deve accertare la purezza e la corretta preparazione. Per la fitoterapia la situazione è regolamentata meno chiaramente.

Le erbe vengono assimilate a farmaci se contengono alte concentrazioni di principio attivo, altrimenti vengono considerate al pari degli integratori alimentari richiedendo prove di sicurezza, ma non sperimentazioni cliniche.

Che cos'è l'effetto placebo e quanto è importante in medicina?

È una serie di reazioni dell'organismo che non deriva dai principi attivi della terapia somministrata, ma dalle attese di un individuo. In altre parole è una conseguenza del fatto che il soggetto si aspetta o crede che una terapia/intervento funzioni, indipendentemente dal fatto che essa sia realmente efficace. Nel 2001 sul *New England Journal of Medicine*, e nel 2004 su *Lancet Neurology*, sono stati pubblicati importanti revisioni sistematiche sull'argomento. Si è chiarito che l'effettiva entità dell'effetto placebo è stata enfatizzata, ma che un meccanismo biochimico probabilmente esiste, anche se esattamente come questo viene attivato resta un mistero.

Ci sono terapie non convenzionali di dimostrata efficacia?

La Cochrane Collaboration, della quale fanno parte migliaia di operatori sanitari in tutto il mondo, effettua periodicamente revisioni sistematiche di tutta la letteratura medica e ha un gruppo di lavoro specifico anche nel campo delle Mnc. Oggi c'è un buon numero di studi su agopuntura e omeopatia. Più scarsi e di qualità inferiore sono invece quelli su fitoterapia e chiropratica. L'agopuntura sembra



essere efficace per alcune specifiche forme di cefalea e dolore cronico, oltre che come supporto per chi cerca di smettere di fumare. Sull'omeopatia ci sono molti trials e almeno cinque grandi revisioni sistematiche di studi scientifici. L'ultima, pubblicata l'anno scorso da Lancet, ne ha annunciato la fine equiparandola al placebo, ma il discorso per molti è ancora aperto. Alcuni studi mostrano una qualche efficacia per disturbi minori come le riniti allergiche e l'asma, ma ciò che più genera perplessità per la scienza è l'assoluta mancanza di plausibilità dei presupposti dell'omeopatia.

L'omeopatia, utilizzata da 9 milioni di italiani, è forse la Mnc più diffusa. I suoi progetti si possono definire farmaci?

No, si tratta di "rimedi" basati su tre principi: la "similitudine" secondo il quale si tratta un disturbo con una frazione infinitesimale di ciò che lo causa; la "infinitesimale diluizione", secondo cui l'azione del rimedio persisterebbe anche a un livello basso da non essere sostanzialmente misurabile. Il terzo prevede che l'agitazione della soluzione, tra una diluizione e l'altra, ne potenzierebbe l'effetto.

E' possibile pensare a un'integrazione fra medicina convenzionale e non?

Dal punto di vista scientifico l'integrazione è problematica a meno che i sostenitori delle Mnc non accettino di confrontarsi sul terreno del metodo scientifico. Non vedo perché si possano sottoporre a rigorosi test di efficacia interventi "complessi" quali la psicoterapia, ma si debba invece rinunciare, a priori per le Mnc. Nella pratica clinica alcuni medici "tradizionali" già usano e prescrivono terapie non convenzionali. Un sistema sanitario come quello italiano che ha per missione non solo l'erogazione di servizi, ma anche la tutela della salute dei cittadini; dovrebbe fare più ricerca per capire cosa è veramente efficace.

Quali i rischi delle medicine non convenzionali?

Per l'agopuntura il problema è soprattutto la sterilità degli aghi e le competenze di chi la fa. Analogamente, per chiropratica e osteopatia conta la qualificazione dell'operatore, ma questi interventi sono controindicati per chi soffre di fragilità ossea. L'omeopatia non ha di per sé effetti collaterali, ma non deve portare alla rinuncia di trattamenti efficaci. Soprattutto nei bambini dove malattie infettive (come ad esempio tonsilliti o otiti batteriche) non appropriatamente curate con antibiotici possono portare a complicanze anche molto serie.

Esistono effetti collaterali delle terapie non convenzionali?

È un problema che si pone per la fitoterapia perché il controllo dei preparati officinali è molto difficile. L'Istituto superiore di sanità ha avviato uno studio pilota per valutare la segnalazione di reazioni avverse causate da prodotti a base di erbe officinali.

Quali sono le motivazioni di chi ricorre alle medicine complementari?

Chi ne fa uso è generalmente spinto da motivazioni positive anche di carattere filosofico o



ideologico, cerca cioè un contatto più articolato con i medici. Un'indagine Usa ha mostrato che i medici omeopati spendono il 30% di tempo in più con i pazienti rispetto agli altri.

Alcune terapie non convenzionali andrebbero incluse nel sistema sanitario italiano come già avviene in altri Paesi come la Francia?

In Italia la discussione è vivace ma non esiste un quadro normativo nazionale. In tre Regioni (Toscana, Valle d'Aosta e Umbria) alcune Mnc sono state introdotte nella lista dei livelli essenziali di assistenza. Lombardia, e soprattutto Emilia Romagna, stanno avviando sperimentazioni per verificare se alcune Mnc sono efficaci.

Personalmente ritengo che vi siano altre priorità rispetto al rimborso delle Mnc. Pensiamo ai costi che i cittadini devono affrontare per gli evidentemente efficaci occhiali, o perle cure dentisti che e ad alcuni trattamenti psicoterapici di documentata efficacia.