CENTRO DI MEDICINA INTEGRATA
OSPEDALE DI PITIGLIANO

Le medicine complementari nelle patologie del terzo millennio

L'approccio della medicina integrata consente di rispondere alle complesse sfide poste dalle patologie croniche del terzo millennio. Basato su protocolli personalizzati ed evidenze scientifiche, affronta le cause profonde delle malattie, ottimizza i risultati clinici, riduce il carico farmaceutico e rende il paziente co-protagonista della propria salute, con un impatto duraturo e positivo sulla qualità di vita

La complessità crescente delle malattie croniche richiede un approccio sistemico: l'integrazione tra medicina convenzionale e medicine complementari consente di ottimizzare gli esiti clinici e ridurre il carico terapeutico.

Il contributo a questo numero di *MC Toscana* è stato ispirato dal numero crescente di pazienti cronici con multimorbidità e multiterapie afferenti ai nostri ambulatori che, nei primi 8 mesi del 2025, hanno rappresentato l'80,4% delle visite ambulatoriali. Anche per le richieste di consulenze di medicina integrata intraospedaliere, si è sempre trattato di patologie croniche in particolare dolore cronico e cefalea cronica. In ogni circostanza, i pazienti manifestano come esigenza primaria quella di ricevere un aiuto concreto perché, nonostante le terapie farmacologiche, percepiscono un livello di benessere globale molto basso e al tempo stesso vorrebbero ridurre il carico farmacologico.
Da tali osservazioni è scaturita la necessità di sviluppare un modello di medicina integrata dedicato ai pazienti cronici, pensato per affrontare le malattie croniche non trasmissibili (NCDs) tipiche del terzo millennio. Queste patologie, caratterizzate da un incremento costante e da una genesi multifattoriale, includono diabete di tipo 2, ipertensione, malattie autoimmuni, obesità e disturbi dell'asse intestino-cervello e derivano da una complessa interazione dinamica tra fattori genetici, epigenetici, ambientali (inquinamento, alterazione dei ritmi circadiani), nutrizionali (alimentazione industrializzata) e psicologici (stress cronico).
Il modello di medicina integrata si ispira all'olismo delle medicine complementari (MC), arricchendo il modello convenzionale con l'utilizzo di queste medicine che, nello schema in uso a Pitigliano, sono omeopatia, agopuntura, fitoterapia e nutrizione nutraceutica. Il razionale si fonda sull'identificazione e correzione degli squilibri sottostanti (approccio eziologico/funzionale), sull'empowerment del paziente, sulla riduzione del carico farmacologico e sulla ricerca di una sinergia terapeutica, che ritroviamo nella condivisione del paziente con i colleghi medici convenzionali.

Nella foto: Rhodiola rosea

Centro di Medicina Integrata
Ospedale di Pitigliano

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

Esempi di applicazione clinica
Il *Rischio Cardiometabolico Globale* (obesità, insulino-resistenza, ipertensione, dislipidemia) è uno degli ambiti in cui la medicina integrata può esprimere appieno la sua potenzialità, lavorando con la nutrizione nutraceutica con focus su dieta anti-infiammatoria (Mediterranea rivisitata, digiuno intermittente), qualità dei macronutrienti, grassi sani e fibre prebiotiche per migliorare la sensibilità all'insulina e nutrire il microbioma. A ciò si affianca l'impiego di fitoterapici per il controllo glicemico/lipidico con principi attivi come la berberina (migliora sensibilità all'insulina, attiva AMPK) con effetti talvolta paragonabili alla metformina o il riso rosso fermentato per l'inibizione della HMG-CoA reduttasi, utilizzando il biancospino (proprietà cardiotoniche e ipotensive, migliorando la funzione endoteliale) e *Hibiscus sabdariffa* (azione sul metabolismo lipidico, proprietà antiobesogene) e con il contributo anche dell'agopuntura.
Il sistema nervoso autonomo svolge infatti un ruolo importante nella modulazione dell'elettrofisiologia cardiaca e dell'aritmogenesi. In generale, si ritiene che stimoli il sistema nervoso e causi il rilascio di molecole messaggere neurochimiche.
I cambiamenti biochimici che ne derivano influenzano i meccanismi omeostatici dell'organismo, favorendo il benessere fisico ed emotivo. Nell'ipertensione i punti più usati sono Baihui (GV20), Fengchi (GB20), Zusanli (ST36), Quchi (LI11), Taichong (LR3), Punto auricolare dell'ipertensione mentre nella sindrome coronarica sono Xinshu (BL15), Juque (CV14), Tanzhong (CV17), Neiguan (PC6), Tongli (HT5), Shaofu (HT8).
L'omeopatia, con un approccio individualizzato, contribuisce a stimolare l'autoguarigione e agisce sulla predisposizione costituzionale (ad esempio con rimedi costituzionali come *Calcarea carbonica*, *Lycopodium*, *Nux vomica*).

Malattie Infiammatorie/Autoimmuni (tiroidite di Hashimoto, fibromialgia, colonpatie infiammatorie e colon irritabile): il ruolo della medicina integrata è cruciale. L'intervento si concentra su una dieta anti-infiammatoria volta a riequilibrare la barriera intestinale, fattore chiave nella patogenesi autoimmune, e a ripristinare il microbioma. Anche in questo caso, la nutrizione nutraceutica punta sull'integrazione mirata di micronutrienti essenziali (Vit. D o micronutrienti carenti), sull'equilibrio dell'asse Omega3/6 per mitigare l'infiammazione influendo sull'azione delle resolvine. La fitoterapia si orienta verso piante con proprietà immunomodulanti e adattogene quali *Rhodiola rosea* o *Withania somnifera* (Ashwagandha), molto utile per modulare lo stress e nelle tiroiditi.

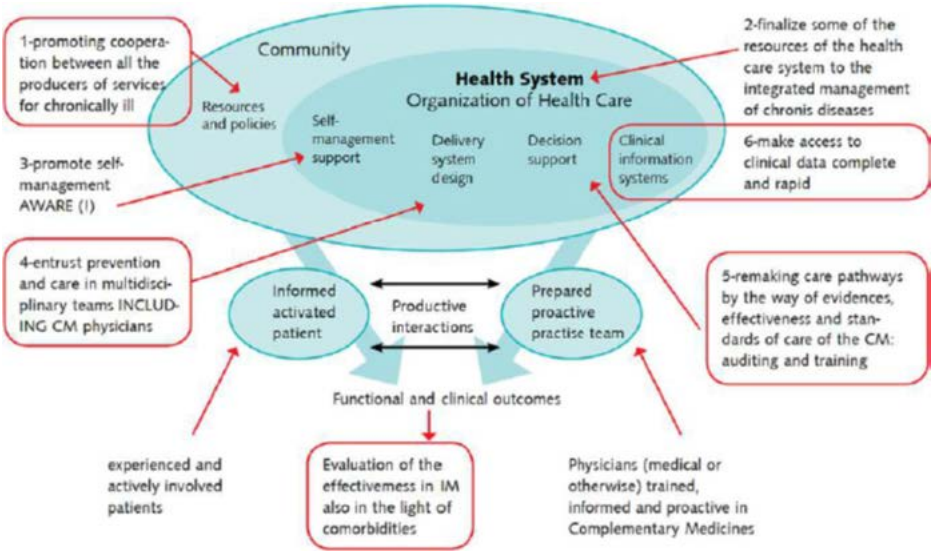

Immagine 1: Come integrare il Chronic Care Model

L'agopuntura regola l'equilibrio delle cellule immunitarie e riduce il rilascio di fattori pro-infiammatori, riduce la stimolazione dei nervi periferici, interagisce con i sistemi oppioidi e cannabinoidi per ottenere un'analgesia, bloccando la sensibilizzazione periferica. Inibisce inoltre il rilascio di sostanza P, NK-1R, IL-6, IL-1beta e TNF-alfa CGRP, riducendo l'infiammazione e alleviando dolore e stress.
Punti come SP10 e LI11 KI1, GV14 sono usati per la modulazione immunitaria, mentre i punti locali trattano il dolore articolare.
Infine i medicinali omeopatici possono essere utilizzati in questo caso per il ripristino dell'equilibrio energetico con la ricerca del rimedio costituzionale, ad esempio *Tuberculinum o Sulphur* che mirano a correggere la tendenza dell'organismo a reazioni eccessive.

Monitoraggio dei protocolli integrati
L'efficacia dei protocolli integrati richiede un monitoraggio multimodale e dinamico che segue i principi della medicina convenzionale adottando un sistema di controllo su:

1. Parametri Clinici: parametri fisici (rapporto vita/fianchi, IMC, pressione, visita cardiologica, visita reumatologica ecc.); rilevazione della qualità della vita, benessere fisico e psicologico (PCS/MCS) attraverso l'SF-12

2. Valutazione soggettiva dei sintomi (ESAS scale)

3. Parametri di Laboratorio:

   - metabolici: HbA1c, HOMA-IR, profilo lipidico, hs-CRP (per l'infiammazione di basso grado).

   - infiammatori/immunitari: VES, PCR, autoanticorpi specifici.

   - biochimici /nutrizionali/funzionali: livelli dei metaboliti, test specifici in base al paziente.

Il percorso terapeutico ha una durata minima di 1-2 anni, con controlli clinici mensili o bimestrali e indagini di laboratorio chiave ripetute ogni 2-4 mesi. Ogni valutazione è condivisa nel team di medicina integrata e, se possibile, la terapia convenzionale è adattata alle nuove condizioni cliniche. Per promuovere questa impostazione clinica sono previsti nel 2026 incontri su tematiche di attualità sanitaria, non soltanto le medicine complementari già in uso, ma anche discipline del benessere come il *caring massage*.
Il paradigma della medicina integrata rappresenta, a nostro giudizio, la risposta più appropriata alle sfide delle patologie croniche del terzo millennio, come descritto nell'articolo pubblicato su *Integrative Medicine Report* nel 2024 (1), da cui è tratta l'immagine 1. Basato su protocolli personalizzati ed evidenze scientifiche, questo approccio affronta le cause profonde delle malattie, ottimizza i risultati clinici, riduce il carico farmaceutico e rende il paziente protagonista consapevole della propria salute, favorendo un miglioramento significativo e duraturo della qualità di vita. La ricerca e la formazione multidisciplinare sono condizioni essenziali per la diffusione di questo modello.

Rosaria Ferreri, Franco Cracolici, Chiara Bocci, Giuseppe Tocci

1. Gino Santini, Rosaria Ferreri, and Francesco Macrì. The Scientific (but Also Logical) Basis for Integrated Medicine. *Integrative Medicine Reports* 2024 3:1, 54-58.