

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

## L'INTEGRAZIONE CON CAROTENOIDI, ACIDI GRASSI OMEGA-3 E VITAMINA E HA UN EFFETTO POSITIVO SUI SINTOMI E SULLA PROGRESSIONE DELLA MALATTIA DI ALZHEIMER

Questo studio preliminare ha riportato benefici comportamentali e funzionali nei pazienti con malattia di Alzheimer (AD) a seguito di un'integrazione micronutrizionale mirata. Scopo dello studio è stato quello di basarsi sulla ricerca esplorativa esistente e studiare l'impatto di questi micronutrienti sulla progressione naturale dell'AD in uno studio controllato randomizzato. I pazienti con AD lieve-moderato hanno consumato giornalmente 1 g di olio di pesce (di cui 500 mg di DHA, 150 mg di EPA), 22 mg di carotenoidi (10 mg di luteina, 10 mg di meso-zeaxantina, 2 mg di zeaxantina) e 15 mg di vitamina E o placebo per 12 mesi in uno studio clinico randomizzato in doppio cieco, controllato con placebo. I carotenoidi, i  $\omega$ -3FA e la vitamina E sono stati quantificati nel sangue. I carotenoidi sono stati misurati anche nella pelle. La gravità dell'AD è stata misurata utilizzando gli strumenti della scala di valutazione della gravità della demenza e dell'esame mini-mental. Comportamento, umore e memoria sono stati misurati utilizzando un questionario specifico. Dopo 12 mesi di integrazione, il gruppo attivo (n = 50) rispetto al gruppo placebo (n = 27), ha dimostrato miglioramenti statisticamente significativi nelle misurazioni dei carotenoidi cutanei, dei carotenoidi nel sangue, dei  $\omega$ -3FA e delle concentrazioni di vitamina E (p <0,05, per tutti). Il gruppo attivo ha anche ottenuto risultati migliori nelle misure oggettive della gravità dell'AD (cioè, memoria e umore), con una differenza statisticamente significativa riportata nel collaterale clinico per la memoria (p <0,001). L'aumento esponenziale della prevalenza dell'AD e la sua natura inesorabile progressiva stanno guidando la necessità di interventi che aiutino a migliorare i sintomi e migliorare la qualità della vita nei pazienti con AD. Dati i risultati positivi dimostrati in questo studio, questo integratore alimentare di micronutrienti combinato dovrebbe essere considerato nella gestione complessiva dell'AD.

*Fonte: John M Nolan, Rebecca Power, Alan N Howard, Paula Bergin, Warren Roche, Alfonso Prado-Cabrero, George Pope, John Cooke, Tommy Power, Róna Mulcahy "Supplementation With Carotenoids, Omega-3 Fatty Acids, and Vitamin E Has a Positive Effect on the Symptoms and Progression of Alzheimer's Disease". J Alzheimers Dis. 2022 Sep 9. doi: 10.3233/JAD-220556. Online ahead of print.*