



NUTRIENTI e SUPPLEMENTI

INFORMAZIONE QUALIFICATA DA FONTI QUALIFICATE



Il portale rivolto ai professionisti della salute.
Notizie aggiornate e qualificate su nutrizione e integrazione alimentare



VITAMINA D E CORONAVIRUS: FACCIAMO CHIAREZZA



TRATTAMENTO DI SUPPORTO ALLE DIFESE IMMUNI



COVID-19: VITAMINA C EV IN TERAPIA INTENSIVA



COVID-19, IL RUOLO EQUILIBRANTE DEI PROBIOTICI



MALNUTRIZIONE PEGGIORA LA PROGNOSI DI COVID-19

Vitamina D e coronavirus: facciamo chiarezza

Il punto su un argomento oggetto di ricerca scientifica

■ Nelle scorse settimane sono state riportate notizie dalle quali sembrava trapelare un ruolo della Vitamina D nella prevenzione del contagio da SARS-coV 2. **Alessandro Colletti**, segretario Sifnut (Società italiana formulatori in nutraceutica) e responsabile macroregionale Sinut (Società italiana di nutraceutica) fa il punto sull'argomento.

“È bene ribadire che al momento non vi sono evidenze solide su questo fronte” dice Colletti. “Detto questo sappiamo che la vitamina D è un ormone importante non solo per l'omeostasi del calcio, ma anche per quella immunitaria e infiammatoria, così come è noto che i soggetti con ipovitaminosi D hanno un maggior rischio di



sviluppare malattie cardiovascolari, autoimmuni, deficit neurologici piuttosto che di andare incontro a infortuni muscolari. Oggi, però, non ci sono evidenze per una raccomandazione all'uso su pazienti Covid-19. Quello che si è osservato è che in soggetti con artrite reumatoide la vitamina D tende a spegnere l'infiammazione agendo sulle citochine proinfiammatorie insieme alla terapia biologica. Perciò alcuni ricercatori ne hanno ipotizzato un ruolo su pazienti Covid-2, molti dei quali in ipovitaminosi D. Quindi, a oggi, non ci sono studi di intervento che ne suggeriscono un impiego ma sicuramente dei razionali giustificano il via a trial clinici. In generale, comunque, nei soggetti sani e soprattutto in quelli con ipovitaminosi D l'integrazione può e deve

essere consigliata. Le formule più indicate sono quelle spray, nanoemulsionate, una delle strategie farmaceutiche utilizzate per aumentare la biodisponibilità. Vi sono poi formulazioni orali in capsule e bustine, sempre sotto forma di nanoemulsione. In questo caso l'assorbimento è prettamente intestinale, soprattutto nella prima porzione del duodeno fino all'ileo. Si tratta di un trasporto saturabile, per cui piccoli dosaggi quotidiani di vitamina D, pari a 25-50 microgrammi sono da preferirsi rispetto a dosaggi più elevati".



Attraverso il presente **QR-Code** è possibile ascoltare con tablet/smartphone il commento di Alessandro Colletti

Trattamento di supporto alle difese immuni

Una missiva della Sifnut fa il punto sul trattamento di supporto alle difese immuni

■ "Noi tutti stiamo vivendo in questi giorni, situazioni che fino a poche settimane fa avremmo immaginato di vedere solo in film. L'ipotesi di una epidemia che coinvolgesse tutto il mondo, di una pandemia imminente, non ci sfiorava minimamente. Eppure eccoci qui, a combattere ognuno come può (e come deve) l'avanzare di Covid-19". Queste le parole con cui esordisce una missiva che la Sifnut (Società italiana formulatori in nutraceutica) ha inviato ai propri soci, riepilogando alcune informazioni chiave legate all'infezione, dalle modalità di contagio, allo sviluppo clinico della malattia, alle terapie farmacologiche. Il documento è stato redatto da **Andrea Fratter**, presidente Sifnut.

Un intero paragrafo è dedicato al trattamento di supporto

alle difese immuni. "Nei pazienti a più elevato rischio di contagio e/o con stato di immunocompetenza compromesso o alterati da terapia immunosoppressiva è consigliabile l'assunzione, da valutare prima col medico o il farmacista, di specifici integratori in grado di favorire lo stato di vigilanza immunitaria" si legge. "Segnatamente, le sostanze di cui c'è più evidenza di efficacia sono:

- ▶ T-Resveratrolo (50-100 mg/die sotto forma di spray o polveri sublinguali per favorire la biodisponibilità)
- ▶ Vitamine del gruppo B (secondo Vnr)
- ▶ Vitamina D3 (da 500 a 1.000 UI/die, meglio da forme sublinguali emulsionate o idro-dispersibili e assunte durante i pasti)
- ▶ Vitamina C (almeno 500 mg/die fino a 1.000 mg/die)
- ▶ Zinco (da 15 a 22,5 mg/die sotto forma di sale lattato, pidolato, gluconato).



Attraverso il presente **QR-Code** è possibile ascoltare con tablet/smartphone il commento di Andrea Fratter



Bibliografia di riferimento

- Malaguarnera L. Nutrients 2019 Apr 26; 11(5). pii: E946.
- Falchetti R et al. Life Sci. 2001 Nov 21; 70(1): 1-96.
- Vanherwegen AS et al. Endocrinol metab clin North Am. 2017 Dec;46(4):1061-1094.
- Dalvi SM et al. Indian J Tuberc. 2019 Jul;66(3):337-345.
- Carr AC et al. Nutrients. 2017 Nov; 3: 9(11).
- Wintergerst ES et al. Ann Nutr Metab. 2006; 50(2): 85-94.

Covid-19: Vitamina C ev in terapia intensiva

Dati da interpretare con molta attenzione, ma sono in corso altri studi

■ La Shanghai Medical Association ha emanato le linee guida ufficiali per la gestione di Covid-19 malattia, con l'indicazione all'uso endovena di vitamina C ad alte dosi (100-200 mg/Kg al giorno).

Abbiamo chiesto un commento ad **Arrigo Cicero**, presidente Sinut (Società italiana di nutriceutica): "Si tratta di dati da interpretare con molta attenzione per due motivi. Il primo è che la metanalisi di Nutrients che fa riferimento all'accorciamento dei tempi di degenza e, in particolare, dei tempi di ventilazione, si basa su ricoveri in terapia intensiva senza far riferimento specifico al coronavirus. In secondo luogo, l'impiego clinico raccontato dagli americani mostra un vantaggio per la somministrazione intravenosa di quantità di vitamina C sei volte superiori a quelle che noi utilizziamo come integratore. Il problema reale, dunque, è che la cosa è fattibile solo usando, eventualmente, la vitamina C come farmaco, e non certo con un'autosomministrazione. Aggiungerei, poi, che l'equivalenza tra dose endovenosa e orale non è così semplice e diretta perché la biodisponibilità per via orale della vitamina C è molto variabile in funzione delle modalità di somministrazione e del tipo di formulazione. È pertanto molto probabile che i 3 gr di vitamina C per endovena possano coincidere con quantità per os anche 10 volte supe-

riori, al limite della dose utilizzabile come integratore senza rischi per la salute. In questo momento la situazione sanitaria è molto grave e, pertanto, qualsiasi intervento può essere sfruttato. C. Da qui a estrapolare il fatto che il soggetto che sia semplicemente Covid positivo o quello fragile, più a rischio, possano trarre vantaggio con supplementazione di Vitamina C è una strada tutta da investigare. Ciò non toglie che dosi adeguate di integratori di vitamina C siano in grado di esercitare una moderata attività di protezione da eventuali infezioni minori che possano competere o concoppiare con quella da Covid-19".



Covid-19, il ruolo equilibrante dei probiotici

Mantenere in equilibrio la flora intestinale e prevenire il rischio di sovrainfezioni batteriche

■ Nasce da una corrispondenza pubblicata sul Journal of Digestive Disease l'ipotesi di una correlazione tra l'infezione da Sars-coV-2 e alterazioni del microbiota intestinale e di un potenziale ruolo terapeutico dei probiotici.

È noto che la sintomatologia primaria causata dal Coronavirus è a carico delle vie respiratorie, con la comparsa di tosse, febbre e dispnea sino alla manifestazione più grave, ovvero la polmonite interstiziale bilaterale.

Esiste una percentuale variabile, ma non trascurabile, di pazienti Covid-19 che accusa sintomi gastrointestinali come diarrea (2% -10,1%), nausea e vomito (1% -3,6%). Ri-

cercatori del People's Hospital dell'Università di Wuhan hanno identificato la presenza di acidi nucleici del virus in campioni fecali e tamponi anali, mettendo in guardia gli operatori sanitari anche sulla trasmissione oro-fecale del virus e non soltanto su quella aerea.

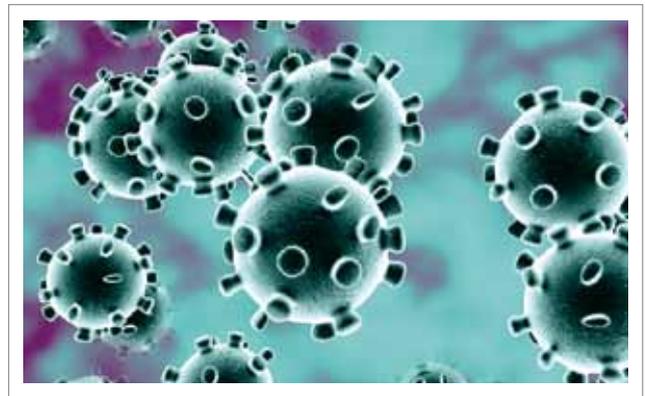
► Come mai, dunque, sintomi respiratori e gastrointestinali?

L'ipotesi più accreditata vede come protagonista il recettore cui le spike protein, ovvero gli "spuntoni" del virus, si attaccano per penetrare nelle cellule bersaglio. Si tratta di Ace2, proteina di membrana presente nelle

cellule epiteliali sia a livello polmonare, che intestinale. In quest'ultimo caso, soprattutto nelle cellule epiteliali dell'intestino tenue. Ace2, ha già dato prova di interazione con i batteri intestinali laddove alcuni studi hanno messo in correlazione alcune sue mutazioni con un'alterazione del microbiota e conseguente minor rilascio di peptidi antimicrobici.

"I rapporti tra vie respiratorie e tratto gastrointestinale non sono ancora del tutto compresi", dicono gli Autori. "Sappiamo che, in generale, i pazienti con infezioni respiratorie presentano generalmente anche disturbi gastrointestinali correlati a un decorso clinico più grave della malattia, fenomeno osservato anche in caso di Covid-19. Numerosi studi hanno dimostrato che agire anche sul microbiota intestinale può ridurre l'enterite e la polmonite associata a ventilazione meccanica. Attualmente, non vi sono prove cliniche che una modulazione del microbiota intestinale possa svolgere un'azione terapeutica nel trattamento di Covid-19, ma vi è un razionale che ci consente di ipotizzare un possibile ruolo, magari adiuvante".

Da inizio dello scorso febbraio, le linee-guida della China's National Health Commission and National Administration of Traditional Chinese Medicine, raccomandano l'utilizzo di probiotici nel trattamento di pazienti con grave infezione da Sars-coV-2 per mantenere l'equilibrio della flora intestinale e prevenire il rischio di sovrainfezioni batteriche (Journal of Digestive Disease 2020 <https://doi.org/10.1111/1751-2980.12851>).



Malnutrizione e prognosi di Covid-19

La nutrizione artificiale deve essere considerata trattamento salva-vita

■ La Società italiana di nutrizione clinica (Sinuc) ha diramato una nota in cui precisa come anche i pazienti ricoverati per l'infezione da Sars-coV-2 beneficerebbero di un precoce e adeguato approccio nutrizionale.

"La popolazione anziana è più coinvolta e più gravemente colpita anche perché spesso malnutrita" precisa **Maurizio Muscaritoli**, presidente Sinuc. "La maggior parte degli anziani, infatti, non ha uno stato di nutrizione ottimale, ha un'alimentazione incompleta o insufficiente e ha perdita di massa grassa e di muscolo. Questo aumenta fortemente il rischio di ammalarsi di patologie infettive. A causa di una meno efficiente risposta immunitaria".

La malnutrizione può ridurre la resistenza e l'outcome di pazienti anziani e fragili a una malattia virale, come quella determinata dal Coronavirus, che nella popolazione adulta e sana determina, nella maggioranza dei casi, una malattia più controllabile. Le persone che hanno uno stato nutrizionale migliore, secondo Sinuc, infatti sono quelle più protette dalle infezioni in genere. Così conclude Muscaritoli: "La nutrizione artificiale deve essere considerata trattamento salva-vita e uno strumento non solo di buona pratica clinica ma che può rappresentare un supporto valido in termini di costi-benefici anche, e a maggior ragione, in una situazione di grave emergenza sanitaria" - afferma Muscaritoli.

Nutrientisupplementi.it è un progetto editoriale di iFarma Editore Srl, nato con l'obiettivo di favorire, presso gli operatori sanitari, una corretta e documentata informazione scientifica su ciò che riguarda l'ambito della nutrizione e dell'integrazione.

Direttore editoriale: Dario Passoni • **Direttore responsabile:** Nicola Miglino

Per ricevere gratuitamente la newsletter settimanale: www.nutrientisupplementi.it • info@nutrientisupplementi.it