



# Ultimo aggiornamento su efficacia e sicurezza dell'estratto isopropanolico di *Cimicifuga racemosa* nei disturbi del climaterio per la donna in menopausa fisiologica

Giugno 2021.1

Le statistiche Europee indicano che fino all'80% delle donne con disturbi del climaterio si affida alla medicina complementare senza informare il proprio medico di fiducia e il ginecologo. Questo dato evidenzia la necessità di avere a disposizione soluzioni validate clinicamente con evidenze su efficacia e sicurezza. Uno dei rimedi più utilizzati nella sindrome climaterica è l'estratto di *Cimicifuga racemosa*; purtroppo, il clinico non sa che il tipo di pianta utilizzata e la metodica estrattiva possono comportare differenze abissali in termini di efficacia e sicurezza. Infatti, solo i preparati medicinali a base di *Cimicifuga racemosa* hanno diverse evidenze cliniche e tra tutti l'estratto isopropanolico iCR è quello più documentato. Questo ha fatto sì nel 2011 e poi anche nel 2018 che l'Agenzia Europea per i Medicinali si esprimesse con parere positivo sull'uso di questi, tra cui iCR, nel trattamento del climaterio. Il clinico deve essere cosciente che a differenza delle droghe sintetiche, i risultati clinici ottenuti con uno specifico estratto non possono essere replicati con un estratto diverso.

## Quali studi hanno evidenziato l'efficacia dell'estratto di iCR?

Dopo la review del 2012 che ha analizzato tutti gli estratti di *Cimicifuga racemosa* in commercio attribuendo ad iCR il massimo grado di evidenza (LOE1) e di raccomandazione (GR A), i ricercatori in quest'articolo si erano posti lo scopo di fornire un'analisi aggiornata di tutti gli studi clinici dal 1997 fino a gennaio 2020 condotti su oltre 43 mila donne di cui 13 mila erano trattate con iCR. Nella recente meta-analisi pubblicata su Climateric nel 2020 [Review & meta-analysis: isopropanolic black cohosh extract iCR for menopausal symptoms - an update on the evidence](#) è emerso che iCR è efficace e sicuro nel contrastare i disturbi neurovegetativi e psichici del climaterio. Gli studi verso placebo hanno mostrato una riduzione significativa dei valori dell'indice di Kupperman (KMI), della Menopause Rating Scale (MRS) e della Hamilton Anxiety Rating Scale. iCR ha ridotto i sintomi vasomotori e psichici da moderati a blandi in soli 3 mesi, rispetto al placebo, dove, pur registrando una riduzione della sintomatologia, questi sono rimasti moderati. La riduzione di sintomi climaterici nelle donne trattate con iCR si è registrata già dopo 4 settimane con un tasso di risposta superiore al 70% in 3 mesi. Gli studi di efficacia su iCR hanno confrontato questo preparato anche verso estradiolo transdermico e tibolone; i risultati sono stati sovrapponibili nel ridurre l'Indice di Kupperman in 3 mesi di trattamento, con un mantenimento dei benefici anche a 6 mesi di terapia. Grazie alla sua maggiore tollerabilità, iCR si è mostrato superiore alla terapia farmacologica in termini di rischio/beneficio.

## Quali effetti ha mostrato l'associazione iCR con *Hypericum perforatum*?

Sebbene iCR in monoterapia abbia mostrato un'efficacia anche nel contrastare i disturbi psichici che si possono presentare nella donna in menopausa, gli studi che hanno testato l'associazione iCR e HP hanno evidenziato un miglioramento significativo nella riduzione dell'ansia, della depressione, dei disturbi del sonno e dell'umore. In uno studio osservazionale su oltre 6 mila donne in menopausa trattate per 6-12 mesi con iCR o iCR+HP, si è osservato che entrambi i trattamenti hanno portato una riduzione del punteggio della MSR, mentre la combinazione è risultata superiore alla monoterapia nel migliorare i sintomi psichici del climaterio con una tollerabilità giudicata buona o molto buona nell'81% dei soggetti.

Questi risultati di efficacia e sicurezza mostrati dall'iCR in monoterapia ma anche nella combinazione iCR e HP garantiscono al clinico di poter consigliare alle donne che rifiutano la terapia ormonale sostitutiva o che ne presentano controindicazioni, un valido ausilio per contrastare i disturbi vasomotori e psichici del climaterio.