



Estratti vegetali a base di *Cimicifuga racemosa*: cosa li differenzia?

Maggio 2022.2

I sintomi caratteristici della sindrome climaterica vengono spesso trattati con la terapia ormonale sostitutiva, ma non sempre questa scelta è la migliore per ogni donna. Infatti, la terapia ormonale sostitutiva può presentare effetti collaterali e controindicazioni o essere oggetto di rifiuto da parte della donna stessa. Questi aspetti spingono le pazienti e il personale sanitario a cercare alternative terapeutiche efficaci e sicure.

La *Cimicifuga racemosa* viene utilizzata clinicamente per trattare i sintomi climaterici e la documentazione ne evidenzia i benefici terapeutici. Nella moltitudine di prodotti commercializzati, è necessario tenere conto della varietà degli estratti vegetali esistenti e saper scegliere in base alle evidenze possedute da ogni estratto. La review [“Differentiated evaluation of extract-specific evidence on *Cimicifuga racemosa*’s efficacy and safety for climacteric complaints”](#) prende in esame, per la prima volta, il principio cardine che regola la fitoterapia moderna, per la quale è necessario differenziare i vari estratti vegetali per metodiche di preparazione, composizione fitochimica e di conseguenza qualità farmaceutica ed indicazione. Infatti, in questa review, sono stati oggetto di studio solo gli estratti contenenti *Cimicifuga racemosa* di qualità farmaceutica e utilizzati nel trattamento della sindrome climaterica.

I dati sulla *Cimicifuga racemosa*

Gli autori hanno ricercato tutti gli studi clinici pubblicati tra il 2000 e il 2012, effettuati utilizzando estratti di *Cimicifuga racemosa* e sviluppati per la valutazione di efficacia e sicurezza nella sindrome climaterica.

Per quanto riguarda l’efficacia, il materiale trovato comprendeva 18 studi clinici, su più di 10.000 donne trattate con *Cimicifuga racemosa*, per la gestione dei sintomi climaterici. Di questi 18 studi, solo i 15 che erano stati effettuati utilizzando estratti di qualità farmaceutica sono stati presi in esame e la maggior parte riguardava uno specifico estratto isopropanolico del rizoma di *Cimicifuga racemosa* (iCR), per un totale di 9 studi clinici, effettuati su quasi 9.500 donne. Un numero molto minore di studi, soltanto 2 su un totale di 420 donne, aveva riguardato un estratto etanologico della stessa pianta. L’ambito sicurezza invece ha visto l’analisi di 35 studi clinici e 1 meta-analisi, 13.500 pazienti in totale, dei quali 11.000 trattati con iCR. Gli estratti selezionati sono stati definiti per efficacia e sicurezza attraverso l’utilizzo di due scale di valutazione: Oxford Level of Evidence (LOE) e Oxford Grades of Recommendation (GR).

I risultati della review

Tra gli estratti analizzati, la migliore prova di efficacia e sicurezza è stata raggiunta dall’estratto iCR, che si è dimostrato superiore agli altri estratti nel ridurre i sintomi vasomotori, come vampate e sudorazione, e migliorare i sintomi neurovegetativi, come irritabilità, ansia e depressione.

Per quanto riguarda la sicurezza, iCR si è dimostrato sicuro nei tessuti estrogeno-sensibili e privo del rischio di alterare i parametri ormonali. Questo fa sì che solo iCR abbia ottenuto il massimo livello di evidenza e raccomandazione sia per l’efficacia che per la sicurezza. Infine, quello che gli autori sottolineano è come sia necessario basarsi sulle evidenze scientifiche nella scelta terapeutica, tenendo conto di tutte le differenze che possono riguardare la composizione, la qualità e l’indicazione di un estratto. Questo concetto è chiaramente dimostrato dai risultati ottenuti dall’iCR, il quale, nella miriade di preparazioni vegetali a base di questa pianta, è risultato essere il più efficace e sicuro nel trattamento della sindrome climaterica.