



Come interrompere il circolo vizioso sostenuto dall'obesità viscerale?

Settembre 2023

L'obesità viscerale è un noto fattore di rischio per lo sviluppo di patologie cardiovascolari, diabete mellito di tipo 2 e sindrome metabolica. Il grasso viscerale, per le sue stesse caratteristiche, causa aumento dell'infiammazione e di conseguenza aumento del cortisolo circolante. Il cortisolo è riconosciuto aumentare la glicemia, con conseguente aumento dell'insulinemia. Quando questo meccanismo non è bilanciato si arriva a sviluppare insulino-resistenza; quest'ultima conduce a ulteriore deposito di acidi grassi nel tessuto adiposo, alimentando l'obesità viscerale e, di conseguenza, l'infiammazione. Per mettere un freno a questo circolo vizioso risulterebbe utile contrastare sia l'infiammazione, che caratterizza il grasso viscerale, sia l'aumento del cortisolo ematico. La formulazione di un nutraceutico sulla base di queste osservazioni potrebbe garantire il raggiungimento di questo obiettivo.

Lo studio clinico italiano ["Effects of phytosomal curcumin on anthropometric parameters, insulin resistance, cortisolemia and non-alcoholic fatty liver disease indices: a double-blind, placebo-controlled clinical trial"](#) ha indagato l'efficacia di una specifica formulazione a base di curcumina e fosfatidilserina nel miglioramento dei parametri metabolici.

Disegno dello studio e risultati

Nello studio randomizzato, doppio-cieco e controllato con placebo sono stati arruolati 80 soggetti in sovrappeso e con alterato profilo glicolipidico. Tutti i partecipanti sono stati sottoposti a dieta ed esercizio fisico e divisi in 2 gruppi: il gruppo intervento ha assunto 2 compresse al giorno di un nutraceutico a base di curcumina e fosfatidilserina (**Homair**[®]) e il gruppo controllo ha assunto 2 cpr del placebo, per 8 settimane. Obiettivo dello studio è stato valutare l'impatto del trattamento su profilo glucidico, lipidico, indice di steatosi epatica e cortisolo ematico, a distanza di 8 settimane.

Dopo i 2 mesi di trattamento con Homair[®] è stato osservato:

- -17% dell'insulinemia a digiuno
- -22% dell'indice di insulino-resistenza (HOMA-IR)
- -18% trigliceridi
- -24% GOT e -35% GPT
- -5% indice di steatosi epatica

Sono stati significativamente ridotti i livelli di cortisolo, sia rispetto alla baseline che rispetto al placebo. La stessa significatività non è stata osservata con il placebo. Non si sono avuti effetti collaterali.

Razionale della formulazione impiegata

La specifica formulazione di Homair[®] giustifica i risultati ottenuti: Homair[®] contiene un estratto di *Curcuma longa*, nota per diverse attività, tra le quali ridurre l'infiammazione e la sintesi di cortisolo e migliorare l'insulino-resistenza. Ciò che limita queste attività è lo scarso assorbimento; infatti, l'estratto di curcuma contenuto in Homair[®] è stato ottimizzato attraverso l'impiego del Fitosoma[®] che ne migliora le caratteristiche farmaco-cinetiche, permettendo un aumento della sua attività. Inoltre, il Fitosoma[®] contenuto in Homair[®] è costituito da fosfatidilserina, componente scelto perché in grado di abbassare la cortisolemia. Infine, la presenza di piperina nella formulazione consente di superare il problema della rapida metabolizzazione della curcumina.

Curserin[®] 800 mg
Piper nigrum L. 8 mg

1 a 2 cpr die

