



Impatto dell'estratto di *Nigella sativa* standardizzato al 10% di timochinone sul profilo della pressione sanguigna a 24 ore e sul calo fisiologico notturno

Febbraio 2026

Un recente studio clinico, condotto su donne in postmenopausa con diagnosi di ipertensione subottimale non complicata, trattate con farmaci anti-ipertensivi, ha dimostrato che la somministrazione di un integratore contenente 400 mg di estratto di *Nigella sativa* (NS), standardizzato al 10% di timochinone, per 8 settimane ha determinato una riduzione significativa e dose-dipendente della pressione sanguigna, dell'indice di rigidità vascolare e dei battiti cardiaci.

Tuttavia, sono disponibili dati limitati riguardo gli effetti della *Nigella sativa* sui profili della pressione sanguigna a 24 ore e sulla regolazione circadiana, riconosciuti come importanti predittori del rischio cardiovascolare.

Lo studio clinico, dal titolo [Impact of 10% thymoquinone-standardized *Nigella sativa* oily extract on 24-hour blood pressure profile and nocturnal dipping: a subgroup analysis of a pilot study in postmenopausal hypertensive women](#) descrive gli effetti dell'integrazione della NS sui parametri ambulatoriali della pressione sanguigna (ABPM) su 24 ore, inclusi la pressione sistolica media (SBP) e diastolica (DBP), la frequenza cardiaca (FC) e i modelli di discesa notturna (dipping patterns)

Disegno dello studio

Lo studio ha arruolato un sottogruppo di 7 pazienti sottoposte a valutazione della pressione arteriosa a 24 ore sia al momento basale (T0) che dopo 8 settimane (T2). In particolare, 4 pazienti sono state trattate con 800 mg/giorno di *Nigella sativa* (gruppo NS2), ovvero due softgel del nutraceutico **Nisatol**[®] e 3 pazienti fungevano da controlli non trattati (gruppo di controllo).

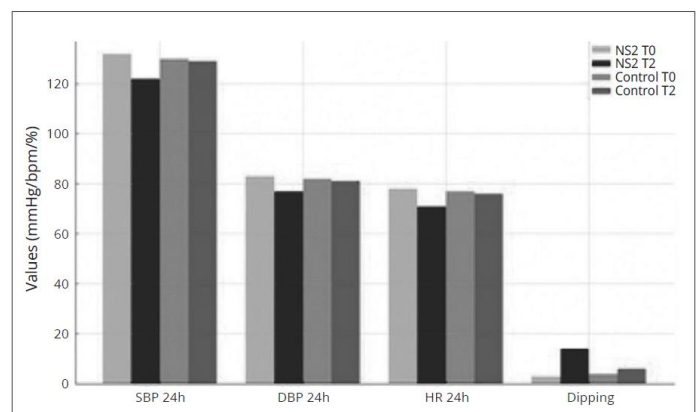
Risultati dello studio

Al T0 i valori medi di pressione sistolica e diastolica (SBP/DBP) a 24 ore erano comparabili tra i due gruppi, con una SBP media che variava da 128 a 135 mmHg e una DBP tra 79 e 85 mmHg. Dopo 8 settimane di trattamento, i pazienti trattati hanno registrato una riduzione della SBP e della DBP a 24 ore, con valori rimasti invariati in quelli di controllo.

La frequenza cardiaca media di 24 ore, inizialmente intorno a 75-80 bpm, ha mostrato una diminuzione costante nel gruppo NS2 a T2 (-5 a -7 bpm in media), mentre nel gruppo di controllo non sono state osservate variazioni.

Al T0, la maggior parte dei pazienti trattati ha mostrato un profilo di dipping attenuato (riduzione media <5%), ovvero definiti come pazienti "non dippers" mentre dopo 2 mesi i valori di dipping sono tornati a un intervallo fisiologico (riduzione media pari a 10-20%).

Secondo le evidenze attuali, il calo fisiologico notturno della pressione arteriosa è un importante indicatore degli esiti cardiovascolari. Gli individui classificati come **non-dippers** o **reverse dippers** hanno un **rischio sostanzialmente più alto di eventi cardiovascolari** rispetto ai dippers normali.



***Nigella sativa* L.** 400 mg
titolato al 10% in timochinone

Vitamina E

1 softgel a pranzo e 1 softgel a cena

