Black Cohosh riduce sintomi menopausa

Data 03 settembre 2005
Categoria ginecologia

Estratti di Black Cohosh possono essere efficaci nel ridurre i sintomi menopausali ma mancano dati sulla sicuerzza a lungotermine.

In questo studio sono state reclutate 304 donne che lamentavano una sintomatologia legata alla menopausa (vampate di calore, sudorazioni, disturbi del sonno, ecc.) e successivamente randomizzate ad assumere un preparato contenente un estratto di Actaea racemosa (conosciuta anche come Black Cohosh) oppure placebo. Dopo 12 settimane il trattamento si dimostrò più efficace del placebo nel ridurre la sintomatologia e i livelli di FSH. Secondo i ricercatori l'effetto è paragonabile a quello ottenuto dalla terapia ormonale sostitutiva mentre non si notò alcun effetto collaterale degno di nota. In particolare i benefici furono più evidenti nelle donne che erano da pochi anni entrate in menopausa e per le vampate. Sembra che l'azione dell'estratto si esplichi, almeno in parte, con una modulazione dell'ipotalamo.

Fonte: Obstet Gynecol 2005;105:1074-1083

Commento di renato Rossi
Dopo i risultati deludenti dello studio WHI medici e donne sono alla ricerca di terapie alternative per i disturbi della menopausa. Gli estratti di piante o di erbe contenenti fitoestrogeni sembrano avere un qualche effetto sui sintomi menopausa, ma alcuni studi hanno concluso che i benefici clinici sono minimi . Una revisione sulla efficacia delle terapie alternative suggerisce che la cosidetta Black Cohosh (un' erba tipica del Nord-America della famiglia delle Ranuncolacee conosciuta col nome di Cimicifuga Racemosa o Actae racemosa, contenente fitoestrogeni) sia efficace soprattutto sulle vampate di calore, ma non ci sono dati sulla sicurezza per usi prolungati (soprattutto sul pericolo derivante dalla stimolazione estrogenica di mammella ed endometrio). In effetti anche recentemente è stato segnalato che l'uso prolungato di soia comporta un maggior rischio di iperplasia endometriale . Reazioni avverse segnalate recentemente con cimicifuga racemosa sono di tipo epatotossico .

Aggiornamento
Nel 2006 la cimicifuga racemosa è stata ritirata dal commercio per la segnalazione di grave epatotossicità (Focus. Bollettino di farmacovigilanza. N. 46. In: http://www.farmacovigilanza.org/) e poi riammessa nel febbraio 2007 con l'avvertenza di consultare il medico prima dell'uso.

1. JAMA 2003 Jul 9; 290:207-214
2. JAMA. 2004 Jul 7; 292:65-74
3. Ann Intern Med. 2002; 137:805-813.
4. Fertility and Sterility 2004;82: 145-8
5. Focus: bollettino di farmacovigilanza. Febbraio 2005. In: www.sfm.univr.it