Olio di pesce per l'artrite reumatoide

Data 01 maggio 2016
Categoria reumatologia

Uno studio randomizzato e controllato dimostra che l'olio di pesce ad alte dosi è efficace, in aggiunta ai farmaci di base, nei pazienti con artrite reumatoide di diagnosi recente, nell'indurre la remissione e nel ridurre il fallimento della terapia.

L'olio di pesce potrebbe essere utile come terapia aggiuntiva nell'artrite reumatoide.
Lo suggerisce uno studio randomizzato e controllato, in doppio cieco, effettuato in Australia .

In questo studio sono stati reclutati 140 pazienti a cui era stata posta una diagnosi di artrite reumatoide da meno di 12 mesi.

Dopo randomizzazione i partecipanti sono stati trattati con olio di pesce ad alte dosi (5,5 grammi al giorno di acido eicosapentaenoico o EPA + acido docosaexaenoico o DHA) oppure olio di pesce a basse dosi (0,4 grammi al giorno di EPA + DHA) in aggiunta alla terapia di base con farmaci modificanti il decorso della malattia (DMARD): metotrexato, sulfasalazina e idrossiclorochina.

I due parametri valutati dagli autori a distanza di 12 mesi erano: la necessita di aggiungere alla terapia in atto la leflunomide e il tempo di comparsa della prima remissione.

Il primo parametro, indice di fallimento della terapia, si verificò nel 10,5% del gruppo trattato con alte dosi di olio di pesce e nel 32% del gruppo controllo.

Iil secondo parametro, vale a dire il tempo di comparsa della prima remissione, fu più breve nel gruppo trattato con alte dosi.

Non si sono registrate differenze tra i due gruppi per quanto riguarda gli eventi avversi.

Per la verità non è il primo studio ad evidenziare l'efficacia dell'olio di pesce nei pazienti con artrite reumatoide.

Già nel 2007 una metanalisi di 17 RCT aveva dimostrato che la supplementazione con acidi grassi polinsaturi omega 3 per 3-4 mesi era in grado di ridurre il dolore, la rigidità mattutina e il numero delle articolazioni interessate dalla flogosi in soggetti con artrite reumatoide o flogosi articolari secondarie a malattie infiammatorie croniche intestinali o dismenorrea. .

Ma come agirebbero gli omega 3? Si ritiene che essi abbiano un'azione antiflogistica interagendo con prostaglandine e leucotrieni.

In ogni caso il messaggio per il medico pratico è questo: gli acidi grassi omega 3 possono essere una scelta ragionevole in aggiunta alla terapia di base per migliorare la sintomatologia nei pazienti con artrite reumatoide.

Tra l'altro va considerato che si tratta di una terapia molto ben tollerata, con effetti collaterali praticamente trascurabili.

RenatoRossi

Bibliografia

1. Proudman SM et al. Fish oil in recent onset rheumatoid arthritis: A randomised, double-blind controlled trial with algorithm-based drug use. Ann Rheum Dis 2015 Jan; 74:89.

2. Goldberg R et al. A meta‐analysis of the analgesic effects of omega‐3 polyunsaturated fatty acid supplementation for inflammatory joint pain. Pain 2007 May; 129:210-223.