

LA PRESSIONE DELLE CASEFARMACEUTICHE (è riuscita a far ridurre del 50% la prescrizione del litio); E' POSSIBILE PREMERE PER FAR SUPPLEMENTARE I FARMACI PSICHIATRICI CON SOSTANZE PROTETTIVE?

Marrino Patrizia Ausl Reggio Emilia
marrino.patrizia@libero.it

...amerai il prossimo tuo come te stesso (Lev. 19,18- Matt.22,39)

PATOLOGIE PSICHIATRICHE E CARENZE

Uno studio epidemiologico danese di dimensione nazionale a lungo termine ha evidenziato che maggiori livelli di litio nell'acqua da bere erano significativamente correlati con minore incidenza di demenza (Kessing et al. 2017).

Stress e trauma riducono il livello di magnesio cerebrale e favorisce allo stesso tempo inclinazione alla dipendenza. (Nechifor M 2018).

Lo stress ossidativo può giocare un ruolo nella patofisiologia della BD (García S et al 2019). La non-aderenza si accompagna a bassi livelli di antiossidanti rispetto ai pazienti aderenti (García S et al 2019).

Il totale stato antiossidante TAS è positivamente correlato allo stato clinico, mentre diventa negativo al progredire della malattia (García S et al 2018).

Il resveratrolo potrebbe invertire l'apoptosi degli osteoblasti umani indotta dagli antipsicotici atipici (Li P, 2019), come pure i danni epatici causati dal risperidone (Azirak S 2019).

I disordini psichiatrici possono portare a sua volta a **deficienza di minerali, nutrienti e vitamine** (Himmerich H. et al 2014) Inoltre folati, S-adenosylmetionina (SAM) ed acido eicosapentaenoico (EPA) hanno proprietà antidepressive, zinco può fornire benefici nei deficit attentivi nella patologia iperattiva (ADHD), la vitamina B6 (piridossina) può ridurre gli effetti extrapiramidali degli antipsicotici e la N-acetilcisteina (NAC) sembra essere efficace contro i sintomi negativi e gli anormali movimenti e l'acatisia nella schizofrenia (Himmerich H. et al 2014) L' **N-acetyl cysteine (NAC)**, potente antiossidante possiede potenziali benefici terapeutici come trattamento aggiuntivo nella schizofrenia (Chen AT 2016). Numerosi studi descrivono anomalie mitocondriali associate alla schizofrenia, associate a deficit di **glutazione** ed aumento di stress ossidativo cerebrale (radicali liberi) (Chen AT 2016).

A glutamate deficiency hypothesis in schizofrenia

Ogni farmaco psichiatrico o associato ai suoi integratori

vit. C
vit. E
carotenoidi (pre-vitamina A), selenio e zinco, i bioflavonoidi della frutta, l'acido alfa-lipoico e il coenzima Q10

Mg2+

litio

Resveratrol

Zinco

vitamina B6 (piridossina)
folati,
S-adenosylmetionina (SAM) ed acido eicosapentaenoico (EPA)
N-acetyl cysteine (NAC)
GLUTATIONE

SOSTANZE PROTETTIVE

Le proprietà neuroprotettive del litio sembrano essere dovute parzialmente ad effetti antiossidativi (Gawlik-Kotelnicka O et al 2016).

Tra i più potenti antiossidanti ci sono la **vitamina C** e la **vitamina E**, i **carotenoidi (pre-vitamina A)**, i **microelementi selenio e zinco**, i **bioflavonoidi della frutta**, l'**acido alfa-lipoico** e il **coenzima Q10**

folati,
S-adenosylmetionina (SAM) ed acido eicosapentaenoico (EPA)
Zinco
vitamina B6 (piridossina)
N-acetyl cysteine (NAC)

GLUTATIONE

NC(CCC(=O)NCC(=O)N)C(=O)O

SUPPLEMENTAZIONI DA STUDIARE

LA POLITERAPIA PSICHIATRICA che contraddice i benefici dei singoli farmaci se usati singolarmente **E' A RISCHIO DI INDURRE RIDUZIONI DI PERFORMANCE CEREBRALE**

(PIP) Potentially inappropriate prescribing (PIP) has significant clinical, humanistic and economic impacts.

STOPP Older Persons' Potentially Inappropriate Prescriptions (STOPP) STOPP (Screening Tool of Older Person's potentially inappropriate Prescriptions) and **START** (Screening Tool of Alert doctors to the Right Treatment) criteria

Le dosi dei farmaci utilizzati (superamento delle dosi consigliate es: dell' **ALOPERIDOLO: MAX 5 mg\die**) e l'utilizzo inappropriato di farmaci a cui il pz. Non risponde **E' A RISCHIO DI INDURRE di RIDUZIONI DI PERFORMANCE CEREBRALE**

dichiarazione dei diritti della mente:

Intelligenza
Possibilità di pensare, comprendere
potere di scelta
libertà di opinione e di espressione
volontà
dignità e libero sviluppo della personalità.
Possibilità di scelta riposo svago
accesso all'istruzione vita culturale
doveri diritti esercitare un'attività
essere felice, Libertà

Composti antiossidanti	Cibi che contengono alti livelli di questi antiossidanti [146][171]
Vitamina C (acido ascorbico)	Frutta e verdura
Vitamina E (tocoferoli, tocotrienoli)	Oli vegetali
Antiossidanti polifenolici (resveratrolo, flavonoidi)	Tè, caffè, soia, origano, frutta, olio di oliva, cioccolato fondente con cacao amaro e vino rosso.
Carotenoidi (licopene, carotene)	Frutta e verdura

Antiossidanti negli alimenti:

Frutta e verdura giallo-arancio		Ricca di polifenoli e vitamina C
Frutta e verdura viola-blu		Ricca di flavonoidi e carotenoidi
Frutta e verdura rossa		Ricca di licopene e antocianine
Frutta e verdura verde		Ricca di resveratrolo e carotenoidi
Semi oleosi e pesce		Ricchi di acidi grassi essenziali
Cereali integrali		Ricchi di minerali

CIBI CHE ... SONO RICCHI DI SELENIO

CIBI RICCHI DI MAGNESIO

