

## PRODOTTI AD AZIONE DIMAGRANTE E DANNO EPATICO

Nel mondo è in atto un'epidemia di obesità, favorita dai cambiamenti nello stile di vita. L'Istituto Superiore di Sanità ha stimato che per la fascia di età 35-74 anni, il 18% degli uomini italiani è obeso e un altro 50% è in sovrappeso, i valori per le donne sono 22% e 35%. Non stupisce, dunque, che molti cerchino di perdere peso con diete fai da te e/o ricorrendo all'uso di prodotti dietetici.

Molti integratori e prodotti dietetici, inclusi alcuni farmaci, sono liberamente acquistabili in diversi esercizi commerciali e su internet. In molti casi si promette la perdita di peso fornendo l'illusione che si possa dimagrire senza alcuno sforzo, senza seguire nessuna dieta, senza cambiare nessuna abitudine e senza alcun pericolo per la salute. Eppure con l'uso di questi prodotti e in assenza di interventi sullo stile di vita non solo non si riesce a raggiungere il desiderato peso-forma, ma si rischia anche di sperimentare gravi eventi avversi.

Seguono tre casi esemplificativi.

- Muscletech Hydroxycut

Recentemente è stato pubblicato uno studio che ha analizzato il rischio di grave danno epatico, che può condurre ad insufficienza epatica e morte, associato con Muscletech Hydroxycut un integratore dietetico per la perdita di peso contenente diversi attivi (vitamina C, vitamina D, idroxagen, estratto Goji, concentrato di Acerola, concentrato di Mirtillo, Melagrana, Zeaxantina, Caffaina e estratto di Mirtillo). Dallo studio, Hydroxycut è stato chiaramente implicato come causa di danno epatico grave. Il prodotto temporaneamente sospeso dal produttore nel maggio 2009, a seguito delle segnalazioni di epatotossicità, è attualmente reperibile su internet.

- Alli

Caso simile è quello dei medicinali a base di Orlistat (in Italia è disponibile come SOP il prodotto commerciale Alli). Pochi mesi fa la FDA (agenzia regolatoria del farmaco americana) ha disposto la modifica della scheda tecnica di tali medicinali a seguito delle segnalazioni di grave danno epatico, quali la necrosi epatocellulare e l'insufficienza epatica acuta che, in alcuni casi, hanno portato a trapianto e morte, anche se al momento non è stata stabilita una relazione di causa-effetto.

- Meridia, Reductil

All'inizio del 2010 il Comitato per i Medicinali per uso Umano (CHMP) dell'Agenzia Europea dei Medicinali ha concluso che il profilo rischio/beneficio di sibutramina, farmaco indicato come terapia integrativa nell'ambito di un programma di gestione del peso corporeo per il trattamento dell'obesità, non può più considerarsi favorevole dal momento che, da uno studio condotto su 9800 pazienti, è emerso un aumento del 16% del rischio di un esito primario relativo a infarto non fatale del miocardio, ictus non fatale, arresto cardiaco non fatale o morte da causa cardiovascolare, ed è stato pertanto deciso il ritiro dal commercio.

Evitando diete drastiche che provocano perdite di massa muscolare e innescano spirali di aumento di peso e l'uso di farmaci o prodotti di erboristeria o integratori con i loro effetti tossici anche gravi, come facciamo a perdere quei " chili di troppo"? Il consiglio non può che essere quello di adottare comportamenti salutari in tema di alimentazione (consumo regolare di cibi ricchi di fibre, evitando quelli ad alta densità calorica e poveri di micronutrienti) e di attività fisica regolare (ancor più importante in caso di dieta dimagrante per mantenere la densità ossea e preservare la massa muscolare).