



Recente meta-analisi sull'efficacia dell'olio di menta piperita nella sindrome dell'intestino irritabile

Harald Weigmann, PhD

La meta-analisi ha dimostrato che l'olio di menta piperita è un prodotto medicinale sicuro ed efficace per il trattamento dei sintomi della sindrome dell'intestino irritabile. In sette studi clinici, l'olio di menta piperita si è dimostrato chiaramente superiore rispetto al placebo in termini di miglioramento globale dei sintomi della sindrome dell'intestino irritabile. In termini di effetti indesiderati, non sono state osservate differenze statisticamente significative tra l'olio di menta piperita e il placebo.

S spesso i pazienti con sindrome dell'intestino irritabile manifestano sintomi altalenanti quali dolore addominale, diarrea, stipsi o gonfiore. Talvolta tali sintomi possono avere un impatto enorme sulla qualità della vita. È ora disponibile

un preparato vegetale per il trattamento della sindrome dell'intestino irritabile, ovvero l'olio di menta piperita. Una recente meta-analisi ha raccolto i dati clinici disponibili sull'olio di menta piperita [1]. I dati confermano l'efficacia

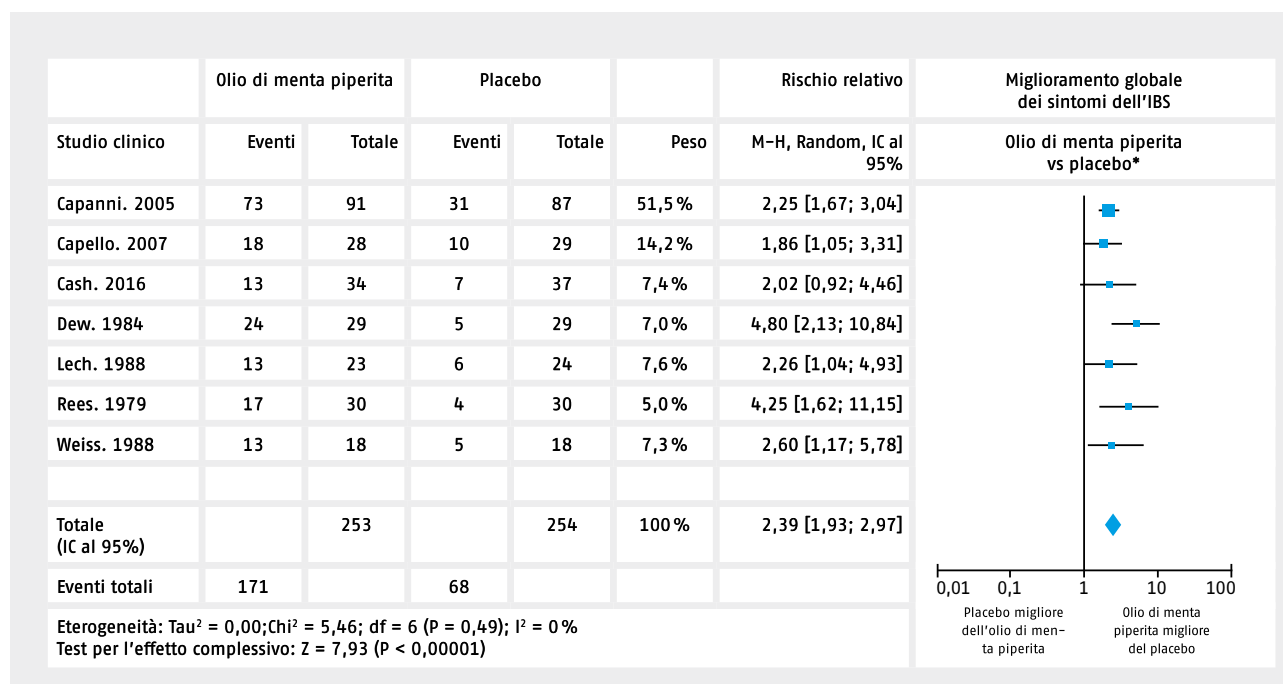


Fig. 1: Miglioramento globale dei sintomi della sindrome dell'intestino irritabile prodotto dall'olio di menta piperita rispetto al placebo Forest plot di una meta-analisi di sette studi clinici randomizzati controllati con placebo che hanno messo a confronto le capsule gastroresistenti contenenti olio di menta piperita con un placebo. In termini di miglioramento globale dei sintomi della sindrome dell'intestino irritabile, l'olio di menta piperita è risultato significativamente più efficace del placebo. *Modificato [1]

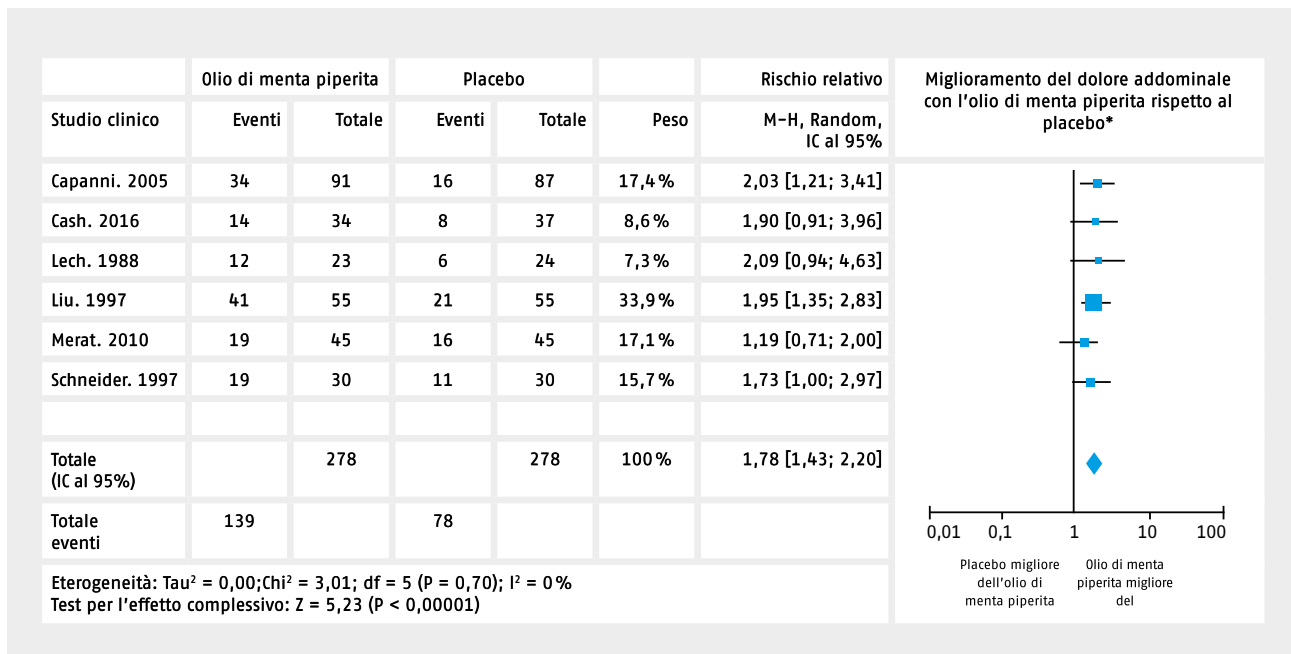


Fig. 2: Miglioramento del dolore addominale prodotto dall'olio di menta piperita rispetto al placebo
 Forest plot di una meta-analisi di sei studi clinici randomizzati controllati con placebo che hanno messo a confronto le capsule gastroresistenti contenenti olio di menta piperita con un placebo. L'olio di menta piperita è risultato significativamente più efficace rispetto al placebo sul dolore addominale. * Modificato [1]

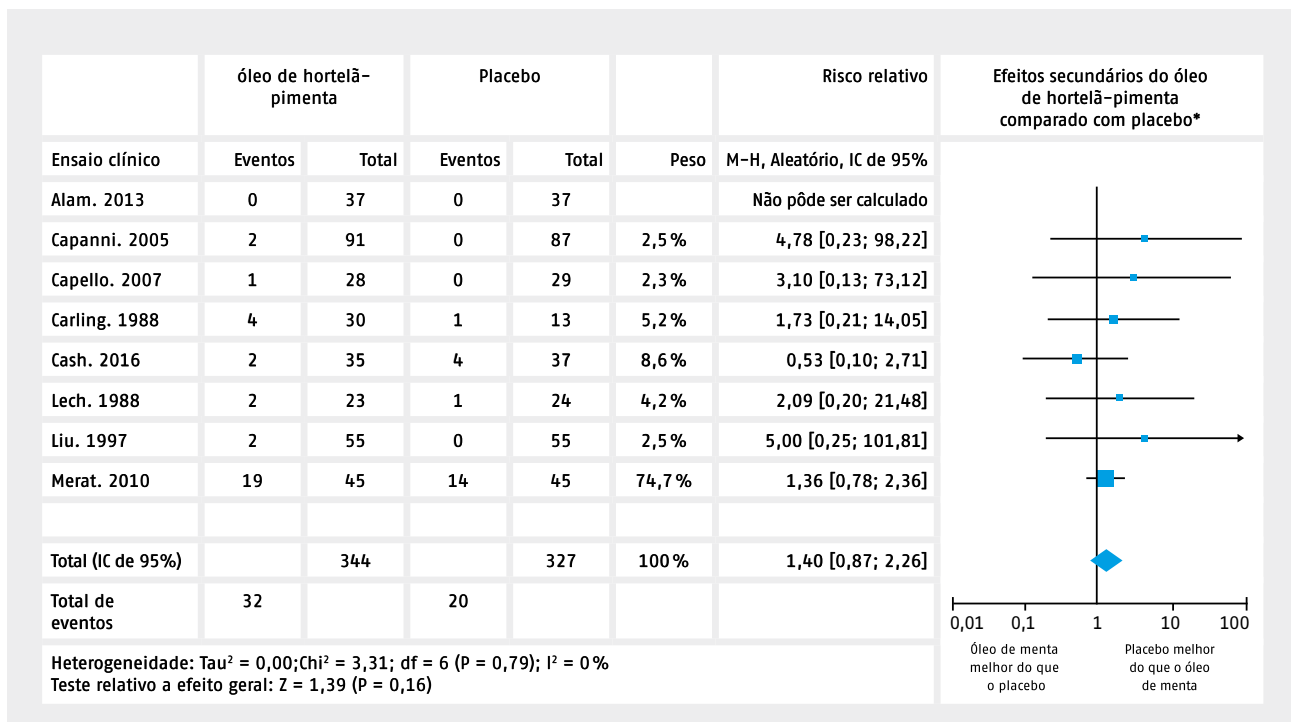


Fig. 3: Effetti indesiderati dell'olio di menta piperita rispetto al placebo
 Forest plot di una meta-analisi di otto studi clinici randomizzati controllati con placebo che hanno messo a confronto le capsule gastroresistenti contenenti olio di menta piperita con un placebo. Non è stato possibile dimostrare alcuna differenza significativa tra l'olio di menta piperita e il placebo in termini di effetti indesiderati. * Modificato [1]

dell'olio di menta piperita per il trattamento della sindrome dell'intestino irritabile e rappresentano un contributo nell'ambito dell'automedicazione basata su evidenze scientifiche.

La sindrome dell'intestino irritabile è un disturbo cronico

della funzione intestinale caratterizzato da dolore e gonfiore addominali ricorrenti. Possono manifestarsi anche sintomi quali diarrea e/o stipsi. Questo disturbo compromette la qualità della vita di coloro che ne soffrono, costringendoli a frequenti visite dal medico e assenze dal lavoro per malattia. Si stima che tra il 5 e il 15% della popolazione del mondo

occidentale soffre di sindrome dell'intestino irritabile [2]. Il disturbo è più comune tra le donne che tra gli uomini [3].

Adesso è disponibile un preparato vegetale per il trattamento della sindrome dell'intestino irritabile, ovvero l'olio di menta piperita. I suoi costituenti monoterpenici possono avere un effetto positivo sulla fisiopatologia della sindrome dell'intestino irritabile. L'l-mentolo blocca i canali del calcio nel muscolo liscio, producendo così effetti antispastici o spasmolitici nel tratto gastrointestinale. L'olio di menta piperita ha anche proprietà antimicrobiche, antiossidanti, immunomodulanti e anestetiche a livello locale che potrebbero giocare un ruolo nel trattamento della sindrome dell'intestino irritabile.

Una recente meta-analisi ne conferma efficacia e sicurezza

I dati clinici disponibili sull'olio di menta piperita per il trattamento della sindrome dell'intestino irritabile sono stati aggregati e valutati in una recente meta-analisi, il cui obiettivo era quello di confermare l'efficacia dell'olio di menta piperita rispetto a un placebo nei pazienti con sindrome dell'intestino irritabile, registrando gli eventuali effetti indesiderati.

Sono stati inclusi tutti gli studi randomizzati e controllati con placebo in cui sono state utilizzate capsule gastroresistenti contenenti olio di menta piperita per un periodo di trattamento di almeno due settimane. I pazienti dovevano essere affetti da sindrome dell'intestino irritabile diagnosticata secondo criteri riconosciuti una volta escluse le patologie organiche.

Alla fine sono stati esaminati 12 studi clinici randomizzati, per un totale di 835 pazienti. In sette studi clinici, l'olio di menta piperita si è dimostrato chiaramente superiore rispetto al placebo in termini di miglioramento globale dei sintomi della sindrome dell'intestino irritabile (IBS) (rapporto di rischio: 2,39 – vedere **Fig. 1**). In sei studi clinici, l'olio di menta piperita è stato inoltre più efficace del placebo sul dolore addominale (rapporto di rischio: 1,78 – vedere **Fig. 2**). In termini di effetti indesiderati, non sono state osservate differenze significative tra l'olio di menta piperita e il placebo, come emerso dai dati relativi a otto studi clinici (**Fig. 3**).

Rilevanza per la pratica farmaceutica

La meta-analisi più completa finora pubblicata sull'efficacia dell'olio di menta piperita nella sindrome dell'intestino irritabile ha evidenziato che l'olio di menta piperita rappresenta un prodotto medicinale sicuro ed efficace per il trattamento della

sindrome dell'intestino irritabile, in grado di ridurre l'insieme dei sintomi nonché di dare sollievo dal dolore addominale. I tassi di effetti indesiderati sono risultati simili a quelli osservati per il placebo. Pertanto, l'olio di menta piperita può essere raccomandato nella pratica farmaceutica nell'ambito dell'automedicazione basata su evidenze scientifiche per il trattamento della sindrome dell'intestino irritabile. Questo dato trova conferma nelle linee guida S3 tedesche sulla sindrome dell'intestino irritabile [4].

Letteratura

1. Alammari N et al. The impact of peppermint oil on the irritable bowel syndrome: a meta-analysis of the pooled clinical data. *BMC Complementary and Alternative Medicine* 2019;19:21, <https://doi.org/10.1186/s12906-018-2409-0>.
2. Choung RS & Locke GR 3rd. Epidemiology of IBS. *Gastroenterol Clin N Am* 2011;40(1):1–10.
3. Lovell RM & Ford AC. Global prevalence of and risk factors for irritable bowel syndrome: a meta-analysis. *Clin Gastroenterol Hepatol* 2012;10(7):712–21.e4
4. Layer P et al. S3-Leitlinie Reizdarmsyndrom: Definition, Pathophysiologie, Diagnostik und Therapie. *Z Gastroenterol* 2011;49:237–93.

Conflit d'intérêts: H. Weigmann est employé chez Sanofi.

Divulgations: Medical writing e pubblicazione finanziati da Sanofi Aventis Deutschland GmbH.

Informazioni sul manoscritto

Inoltrato il: 22.12.2020

Accettato il: 02.01.2021

Pubblicato il: 30.08.2021