

# Calciobase

integratore alimentare fonte di calcio con edulcorante

Calcio citrato in **stick**  
altamente assimilabile<sup>1-4</sup>

**500 mg** di calcio elementare  
in ogni stick. 1 o 2 stick al giorno,  
**anche a stomaco vuoto!**

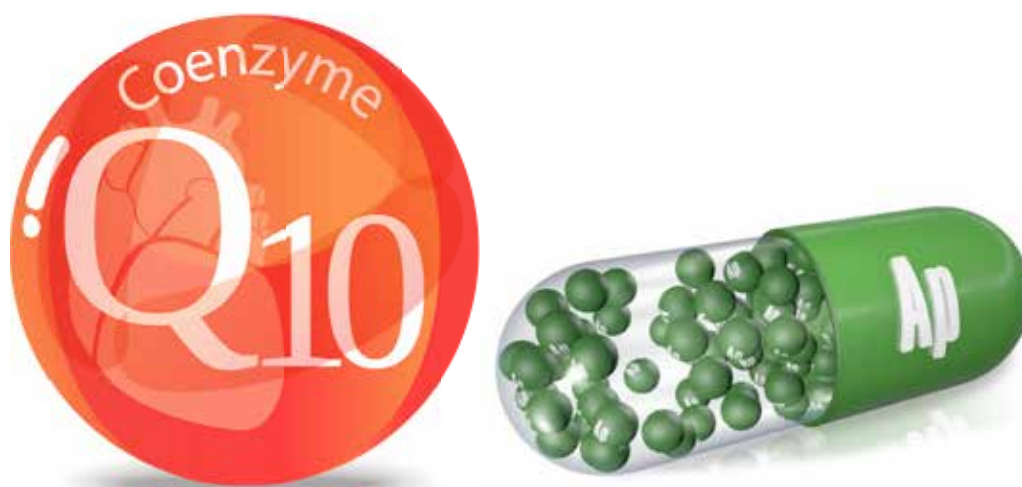


senza glutine, senza lattosio, senza zuccheri  
Ogni confezione contiene 30 stick da 10 ml - Euro 15,00



# COENZIMA Q10 E ACIDO ALFA LIPOICO NEL LONG COVID

Nei primi due anni della pandemia, in Europa ben 17 milioni di individui hanno sperimentato una condizione di post-Covid, con una durata dei sintomi di almeno 3 mesi, secondo i dati riportati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.



di **Paolo Levantino**

Farmacista clinico e giornalista scientifico.  
Presidente Agifar Palermo e Consigliere nazionale Fenagifar

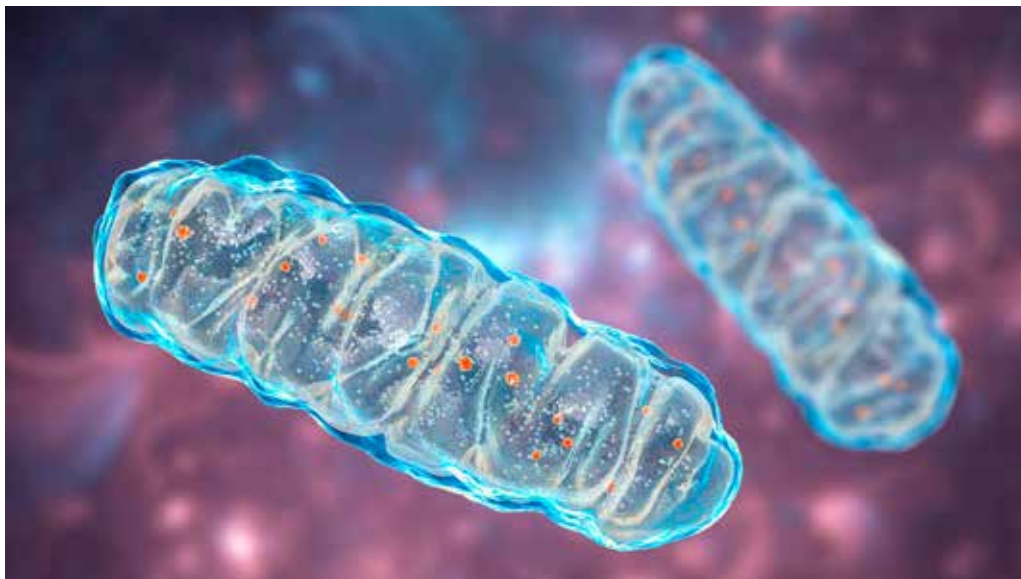
## GLI EFFETTI A LUNGO TERMINE DEL COVID

Mentre la maggior parte delle persone che sviluppano il Covid-19 guarisce completamente, si stima che il 20% sviluppi una varietà di effetti a medio e lungo termine come affaticamento, dispnea e disfunzione cognitiva (come confusione, mancanza di concentrazione) che impattano negativamente sulle attività quotidiane e sulla qualità di vita dei soggetti. I meccanismi delle manifestazioni croniche di COVID-19 non sono stati ancora svelati e sono in corso di verifica diverse ipotesi. Queste includono un'inflammatione cronica, processi autoimmuni, alterazioni delle vie immuno-metaboliche, disbiosi, danno endoteliale e disfunzione mitocondriale.

## MANCANO ANCORA TRATTAMENTI SPECIFICI

Al momento, mancano trattamenti specifici per il long covid e la gestione del paziente si basa principalmente su trattamenti sintomatici e raccomandazioni per condurre uno stile di vita attivo e sano.

**Molti integratori alimentari e sostanze bioattive naturali sono stati testati per cercare di contrastare il long covid, e tra questi, secondo i risultati di uno studio tutto italiano, condotto dall'Asl di Brindisi e da una start up farmaceutica "Officina Speciale", è emerso il potenziale di un integratore a base di Coenzima Q10 ed acido alfa lipoico.**



### **DISFUNZIONE MITOCONDRIALE E STRESS OSSIDATIVO COINVOLTI NEL LONG COVID**

I ricercatori sono partiti dal presupposto che la disfunzione mitocondriale è coinvolta nella persistenza e nella gravità dei sintomi associati all'infezione da Sars-CoV-2, come riportato da diversi studi.

La disfunzione e invecchiamento dei mitocondri contribuisce alla produzione dei radicali liberi dell'ossigeno che aumentano il danno ossidativo, l'iperattivazione dell'infiammazione e l'apoptosi.

Il miglioramento del turnover mitocondriale potrebbe così contribuire alla diminuzione dell'infiammazione e al ripristino dell'attività del sistema immunitario.

In linea con questi dati e ipotizzando che la patogenesi del long covid sia almeno in parte legata alla disfunzione mitocondriale e allo stress ossidativo, i ricercatori hanno testato un nuovo integratore a base di Coenzima Q10 ed acido alfa lipoico.

Lo studio italiano mostra le potenzialità di un integratore a base di CoQ10 e acido alfa lipoico.

Lo studio osservazionale prospettico ha coinvolto 174 pazienti con precedente infezione da Sars-CoV-2 con persistenza di sintomi sistemici come affaticamento, confusione mentale, disturbi del sonno, artralgia, dispnea e mal di testa. L'età media dei partecipanti era di 51 anni e il 51% era composto da pazienti maschi.

I partecipanti sono stati suddivisi in gruppi: il primo ha ricevuto un integratore di coenzima

q10+ acido alfa lipoico, ogni giorno per due mesi, mentre il secondo non ha ricevuto alcun trattamento.

L'end-point primario analizzava l'efficacia dell'associazione nel ridurre l'affaticamento, valutata attraverso la scala di gravità della fatica (FSS). Gli end-point secondari valutavano le modifiche della fatica, del dolore, del sonno, della gravità dei sintomi assimilabili alla fibromialgia attraverso questionari validati.

I risultati mostrano una riduzione significativa di tutti i sintomi e in particolare dell'affaticamento nel 62% dei soggetti in trattamento, migliorando la qualità di vita dei soggetti.

Ulteriori studi in doppio cieco controllati con placebo e di durata maggiore saranno necessari per confermare e avvalorare tali risultati.

#### *Fonti:*

- <https://www.who.int/europe/news/item/13-09-2022-at-least-17-million-people-in-the-who-european-region-experienced-long-covid-in-the-first-two-years-of-the-pandemic--millions-may-have-to-live-with-it-for-years-to-come>
- Merad M., Blish C.A., Sallusto F., et al. *The immunology and immunopathology of COVID-19*. *Science*. 2022;375(6585):1122-1127.
- Barletta MA, Marino G, Spagnolo B, Bianchi FP, Falappone PCF, Spagnolo L, Gatti P. *Coenzyme Q10 + alpha lipoic acid for chronic COVID syndrome*. *Clin Exp Med*. 2022 Aug 22:1-12.