

Psicobiotici: una nuova via terapeutica per la depressione

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Commento a:

Tian P, Chen Y, Zhu H, Wang L, Qian X, Zou R, Zhao J, Zhang H, Qian L, Wang Q, Wang G, Chen W.

Bifidobacterium breve CCFM1025 attenuates major depression disorder via regulating gut microbiome and tryptophan metabolism: a randomized clinical trial

Brain Behav Immun. 2022 Feb;100:233-241. doi: 10.1016/j.bbi.2021.11.023. Epub 2021 Dec 4

Valutare l'efficacia del probiotico Bifidobacterium breve CCFM1025 nella cura della depressione maggiore: è questo del trial randomizzato contro placebo di Peijun Tian e collaboratori, dello State Key Laboratory of Food Science and Technology presso la Jiangnan University a Wuxi, Cina. Lo studio si colloca nel contesto delle recenti ricerche sugli **psicobiotici**, una nuova classe di probiotici che, agendo sull'asse intestino-cervello, offrono interessanti prospettive di cura per diversi disturbi psichiatrici.

Il trial è stato condotto su **45 pazienti**, così suddivisi:

- 20 nel gruppo probiotico, trattato per quattro settimane con una dose giornaliera di 1010 CFU;
- 25 nel gruppo placebo, trattato con maltodestrina.

La **variazioni dei sintomi psichici e gastrointestinali** sono stati misurati con:

- la Hamilton Depression Rating scale-24 Items (HDRS-24);
- la Montgomery-Asberg Depression Rating Scale (MADRS);
- la Brief Psychiatric Rating Scale (BPRS);
- la Gastrointestinal Symptom Rating Scale (GSRS).

Sono stati inoltre rilevati i livelli di cortisolo, TNF- α ; e IL- β ;

Per comprendere il meccanismo d'azione del probiotico, infine, sono stati valutati:

- il turnover della serotonina;
- la composizione del microbiota intestinale;
- i metaboliti del triptofano.

Questi, in sintesi, i risultati;

- il Bifidobacterium breve CCFM1025 ha prodotto **un effetto antidepressivo significativamente migliore del placebo**, sia rispetto alla HDRS-24 (placebo: mediana del miglioramento nel punteggio = 6.44, deviazione standard = 5.44; CCFM1025: M = 10.40, SD = 6.85), sia rispetto alla MADRS (placebo: M = 4.92, SD = 7.15; CCFM1025: M = 9.60, SD = 7.37);
- l'analisi per fattori di BPRS e GSRS conferma come i problemi emotivi e gastrointestinali possano essere influenzati dall'equilibrio del **sistema serotoninergico**;
- il CCFM1025 riduce in modo più efficace del placebo **il turnover della serotonina** (placebo: M = -0.01, SD = 0.41; CCFM1025: M = 0.27, SD = 0.40);
- questi risultati possono essere dovuti alle variazioni che il probiotico determina nella **composizione del microbiota intestinale** e nel **metabolismo del triptofano**.

In conclusione:

- il Bifidobacterium breve CCFM1025 è **un promettente psicobiotico** per la cura della depressione e dei disturbi gastrointestinali associati;
- sono auspicabili **ulteriori e più ampi studi** per confermarne l'indicazione e consolidarne l'impiego in ambito clinico.