



CEFALEE TODAY

for the research on headache and clinical neuroscience

N. 115 NOVEMBRE 2018

KETOLEARNING, A SCUOLA DI DIETA CHETOGENICA ANTI MAL DI TESTA

CHERUBINO DI LORENZO - pag 2

STORIA E STATO DELL'ARTE DELLE CEFALEE IN BASILICATA

LUCA ONOFRIO SCAPPATURA - pag 2

LA CENTRALITÀ DEL PAZIENTE AL SIMPOSIO DI OTTOBRE A SOVERATO – IL RACCONTO

LARA MERIGHI - pag 3



DIRETTORE SCIENTIFICO

Ennio Pucci (Pavia)

DIRETTORE RESPONSABILE

Silvia Molinari (Pavia)

DIRETTORE EDITORIALE

Roberto Nappi (Pavia)

COMITATO EDITORIALE

Marta Allena (Pavia)
 Filippo Brighina (Palermo)
 Biagio Ciccone (Saviano)
 Alfredo Costa (Pavia)
 Vittorio di Piero (Roma)
 Maurizio Evangelista (Roma)
 Enrico Ferrante (Potenza)
 Federica Galli (Milano)
 Natascia Ghiotto (Pavia)
 Guido Giardini (Aosta)
 Rosario Iannacchero (Catanzaro)
 Armando Perrotta (Pozzilli)
 Paolo Rossi (Grottaferrata)
 Grazia Sances (Pavia)
 Elisa Sancisi (Ferrara)
 Marzia Segù (Pavia)
 Cristina Tassorelli (Pavia)
 Cristiano Termine (Varese)
 Michele Viana (Novara)

SEGRETERIA

Gabriele Zecca (Pavia)

Per informazioni:

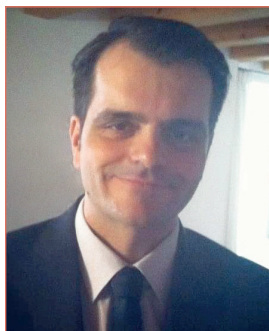
Alleanza Cefalalgici (Al.Ce.)
 c/o Biblioteca
 IRCCS Fondazione Istituto Neurologico
 Nazionale C. Mondino
 Via Mondino 2 – 27100 Pavia
 E-mail: alcegroup@cefalea.it

Inserito nel registro stampa e periodici
 del Tribunale di Pavia al numero 680 in
 data 03/09/2007

Bollettino di informazione bimestrale

Ketolearning, a scuola di dieta chetogenica anti mal di testa

Cherubino Di Lorenzo



Dott. Cherubino Di Lorenzo
 Assegnista di Ricerca,
 Dipartimento di Scienze
 e Biotecnologie medico-
 chirurgiche della Sapienza
 Università di Roma

Si è tenuto a Roma il 26 e 27 ottobre il **Ketolearning**, un corso avanzato sulle applicazioni della **dieta chetogenica** in vari ambiti della medicina, tra cui le **cefalee**. Intervistiamo il dottor **Cherubino Di Lorenzo, neurologo** della Sapienza di Roma e **ricercatore** della Fondazione Don Gnocchi, **direttore scientifico** del Corso.

Dott. Di Lorenzo, da dove nasce l'esigenza di organizzare un corso su questo tipo di dieta?

R: Le applicazioni delle **diete chetogeniche** sono un argomento di grande interesse e straordinaria attualità terapeutica in molteplici aree cliniche, con un sempre maggior numero di **evidenze scientifiche** di efficacia e sicurezza reperibili nella letteratura internazionale.

Tuttavia, non vengono minimamente trattate nei curriculum formativi universitari e, finora, il professionista della **nutrizione** desideroso di completare la propria formazione su tali temi ha spesso incontrato difficoltà a reperire un'ade-

guata formazione autonoma e indipendente in proposito, per mancanza dei giusti spazi e pluralità di punti di vista.

Il **Ketolearning è nato nel 2017** per colmare questo vuoto e, articolato nei suoi vari moduli didattici, nel corso del 2018 ha fornito ben **45 ore di formazione** su questo argomento, andando ad abbracciare tutte le aree di applicazione della dieta.

• **La dieta chetogenica è molto usata per il dimagrimento, ma lei è un neurologo operante nel campo delle cefalee, come mai se ne interessa così tanto, al punto da far parte di un panel di esperti a livello internazionali?**

R: Perché in realtà questa dieta nasce negli anni '20 del secolo scorso per trattare le **epilessie farmaco-resistenti**, ma già pochi anni dopo se n'è appurata l'efficacia anche nell'**emicrania**. Con il mio gruppo di lavoro abbiamo recuperato questa indicazione e ne abbiamo rinnovato l'interesse scientifico.

• **Come siete arrivati a riprendere in considerazione una terapia così insolita e come la state sviluppando?**

R: Come dicevo prima, la dieta chetogenica oggi deve molta della sua fama alle sue **applicazioni in ambito dimagrante** ed è stato così che noi l'abbiamo casualmente incrociata. Si sa che i soggetti emicranici **sovrappeso ed obesi** hanno un peggioramento del proprio mal di testa, quindi noi consigliamo ai nostri pazienti di farsi seguire da professionisti del dimagrimento per rientrare nel peso forma.



Ci accorgemmo con un dietologo (il dott. Giulio Sirianni, n.d.r.) che i pazienti che seguivano la dieta chetogenica avevano un drastico **abbattimento degli attacchi** durante la fase chetogenica del loro percorso dimagrante. Era il 2009, sono passati esattamente 10 anni, e da allora abbiamo indirizzato alla **chetogenesi** molte centinaia di pazienti, con risultati in alcuni casi strabilianti.

• **Quindi si tratta solo di una dieta dimagrante?**

R: In realtà no. Nei primi anni ci siamo dedicati solo a quell'approccio nei **pazienti emicranici** sovrappeso e obesi (alcuni ingrassavano a causa nostra, a causa delle terapie farmacologiche di profilassi per l'emicrania), così iniziammo a seguire anche **pazienti cronici** (con cefalea presente per più di 15 giorni al mese) e appurammo che pure costoro traevano beneficio dalla dieta.

La voce si diffuse, così iniziarono ad arrivare anche **pazienti normopeso** e quindi nel loro caso dovemmo approntare dei regimi dietetici più simili a quelli in uso per l'epilessia. Sono un po' più difficili da trattare, ma anche per molti soggetti normopeso **emicranici cronici** la dieta è stata una possibilità di ritornare ad una vita normale. In contemporanea alla parte clinica, abbiamo portato avanti quello scientifico, pubblicando diversi lavori sull'argomento, sia sull'emicrania che nella **cefalea a grappolo**, e terminando uno studio in doppio cieco di prossima pubblicazione.

• **Mi sta dicendo che, oltre che nell'emicrania, questa dieta può essere efficace su altre forme di mal di testa o in altre patologie neurologiche per cui viene utilizzata in ambito pediatrico?**

In base alla nostra esperienza, questa dieta è efficace anche nei soggetti affetti da **cefalea a grappolo**, purtroppo **non nella cefalea di tipo tensivo** o la cervicogenica.

Ciò comporta che alcuni pazienti emicranici raccontino di un **cambiamento** della loro cefalea perché sparisce la componente emicranica (dolore pulsante di forte intensità accompagnato da nausea e fastidio agli stimoli) ed emerge una **cefalea più lieve**, gravativa senza sintomi di accompagnamento, o una cervico-nucalgia; in tal caso, questa condizione va trattata a parte.

Per quanto riguarda le **indicazioni pediatriche** della dieta, in particolar modo l'epilessia, l'indicazione e l'efficacia sono le stesse nell'adulto. In più, ci sono due condizioni neurologiche dell'età anziana, la **malattia di Parkinson** e quella di **Alzheimer**, che sembrano rispondere positivamente a questo tipo di dieta.

• **Tornando al Ketolearning, pensata di ripetere l'esperienza anche nel 2019?**

Assolutamente sì, abbiamo già stilato il programma per i **tre moduli** del corso, al fine di poter raggiungere sempre più professionisti e far proseguire un **percorso formativo** di approfondimento e aggiornamento continuo ai professionisti che abbiamo già formato in questi primi due anni di attività. Si possono trovare informazioni sul sito della nostra **associazione** all'indirizzo <https://associazioneeupraxia.com/ketolearning-2019/>. L'organizzazione dei corsi si inserisce nel contesto di una cornice più ampia che è appunto l'Associazione **Eupraxia**, avente il compito di mettere in contatto i **pazienti** a cui sia stata consigliata questa dieta e i professionisti dalla formazione certificata, cui forniamo un supporto continuo sotto molti punti di vista.

Grazie all'associazione, riusciamo a mettere i pazienti nella condizione di poter seguire questa dieta con maggiore tranquillità ed anche un **risparmio economico**, grazie alle convenzioni stipulate.

Intervista a cura di Roberto Nappi

Storia e stato dell'arte delle cefalee in Basilicata

Luca Onofrio Scappatura



Dott. Luca Onofrio Scappatura (Neurologo - Responsabile del Centro Cefalee Regionale dell'A.O.R. "San Carlo" di Potenza).

Negli anni 90 nasceva l'esigenza di ottimizzare l'offerta neurologica sul territorio lucano in quanto i pazienti affetti da cefalea erano visitati esclusivamente o nell'ambulatorio di neurologia generale o in consulenza presso le altre unità operative dell'A.O.R. San Carlo di Potenza. Pertanto, viste le specifiche peculiarità della patologia cefalalgica, si decideva di istituire un ambulatorio dedicato, al fine di non limitare la prestazione del neurologo ad una mera prescrizione farmacologica

secondo le linee guida del momento.

Dunque, nel biennio 1996-97, individuato un medico appassionato della materia dell'U.O.C. di Neurologia (il Dott. Giovanni Gonnella), lo stesso iniziava un periodo di formazione presso l'ambulatorio dedicato alla gestione delle cefalee dell'IRCSS Neuromed di Pozzilli guidato dalla dr.ssa Gabriella Buzzi. Tale periodo, durato circa sei mesi (3 mesi l'anno per 2 anni), aveva l'obiettivo di approfondire sia gli aspetti eziologici che le pratiche diagnostiche relative alla patologia cefalalgica.

Un successivo periodo di formazione (circa 2 mesi) lo stesso neurologo, dell'A.O.R. San Carlo di Potenza, lo portava a termine nel 2001 presso il centro cefalee di Pavia diretto dal Prof. Nappi e gestito dal dr. Ennio Pucci.

Come risultato di quest'ultima esperienza, il sanitario acquisiva numerose competenze aggiuntive nel campo specialistico della cefalea e delle algie facciali e, in particolare, alcune tecniche all'avanguardia per il tempo, quali il miomonitor, il biofeedback, l'algometria ed il doppler transcranico.

Nel 2006 egli effettuava un nuovo periodo di formazione e questa volta il neurologo designato frequentò l'ambulatorio dedicato diretto dal Prof. Silvestrini (Roma). A conclusione di quest'ultimo periodo venivano acquisite competenze circa la ricerca della pervietà del forame ovale attraverso la tecnica del doppler transcranico con il bubbles-test.

In seguito, la direzione strategica dell'A.O.R. San Carlo, al fine

di migliorare ulteriormente l'offerta specialistica, decideva di affiancare al neurologo "formato" due tecnici volontari di fisiopatologia ed un fisioterapista strutturato. La nuova equipe iniziava a fornire ai pazienti lucani prestazioni in linea con i protocolli diagnostico-terapeutici adottati presso i centri per lo studio della cefalea individuati per il training formativo. Si istituiva, pertanto, un ambulatorio a cadenza settimanale dedicato agli aspetti clinici della patologia con ulteriori sedute settimanali per l'effettuazione delle procedure diagnostico-strumentali.

Nasceva così anche l'esigenza di oggettivare il dato clinico e, con l'introduzione delle visite programmate per il follow-up, si potevano riscontrare gli eventuali benefici della terapia, gli eventuali effetti collaterali, eccetera, al fine di ottimizzare la strategia gestionale.

Accedevano alla prima visita circa 15 pazienti a settimana di età non superiore ai 55 anni, con un totale annuo di circa 850 accessi. Nel 2000 si richiedeva l'accreditamento come centro cefalee a carattere regionale che venne regolarmente concesso.

In termini percentuali, la casistica era rappresentata da: 40% emicrania di cui il 12% con aura, 55% cefalee tensive, 5% cefalee autonomico-trigeminali, tra cui soprattutto cefalee a grappolo. All'inizio del 2000 si organizzava un congresso a Potenza e s'iniziava contestualmente un'attività di pubblicazione del centro. Inoltre, in quegli anni, veniva attivata una collaborazione con l'ambulatorio di sclerosi multipla della stessa struttura sanitaria di appartenenza alla luce dei numerosi dati clinici attestanti una correlazione tra le lesioni demielinizzanti del tronco encefalico e lo sviluppo della sintomatologia cefalalgica.

Nel 2009, persa la figura del fisioterapista e sospeso il servizio di supporto dei due tecnici di neurofisiopatologia volontari, l'ambulatorio delle cefalee manteneva la frequenza settimanale con limitazione delle pratiche strumentali. Nell'ultimo decennio, la situazione non si modificava in modo sostanziale con i seguenti risultati organizzativi: ambulatorio settimanale mattutino suddiviso in prime visite e visite di controllo, con circa venti pazienti a settimana con un totale di circa 900 pazienti annui e servizio di doppler transcranico con bubbles-test per la ricerca della pervietà del forame ovale.

Attualmente, il centro cefalee regionale lucano, operante all'interno dell'U.O.C. di Neurologia dell'A.O.R. San Carlo di Potenza, fornisce il proprio servizio di assistenza partendo dall'accurata definizione diagnostica delle cefalee, al fine di scegliere i trattamenti farmacologici di prevenzione e trattamento dell'attacco acuto il più possibile adeguati alle linee guida internazionali validate.

Particolare attenzione è, inoltre, rivolta all'individuazione della terapia per soddisfare a pieno le esigenze di una coorte di pazienti che, nella maggior parte dei casi affetti da cefalee primarie, inizia a lamentare il disturbo cefalalgico già in età post-adolescenziale.

Il servizio è altresì finalizzato all'individuazione di quell'elevata percentuale di pazienti affetti da cefalea cronica quotidiana che diviene, nel tempo, non responsiva alla terapia medica convenzionale. In questo contesto, data l'assenza di nuove e concrete alternative farmacologiche, si inseriscono una serie di nuovi approcci terapeutici di neurostimolazione, validati a

livello internazionale, che risultano efficaci nel trattare tali pazienti nella fase cronica e nel contempo refrattari alla terapia medica.

Il centro cefalee lucano si sta attrezzando in tal senso infatti ed è in programma l'apertura di un ambulatorio a cadenza mensile di neuromodulazione. Si aggiunge che, recentemente, in regime di ricovero, viene trattata, attraverso la tecnica blood patch epidurale lombare con sangue autologo, la cefalea ortostatica da Sindrome da ipotensione liquorale spontanea, resistente al trattamento conservativo.

La procedura viene eseguita sotto guida fluoroscopica in anestesia locale con la collaborazione degli anestesisti. La riorganizzazione delle procedure diagnostico-terapeutiche con personalizzazione dei trattamenti preventivi e sintomatici, l'innalzamento dell'età di accesso all'ambulatorio dedicato fino a 70 anni (settembre 2018), l'imminente utilizzo delle innovative terapie anti-emicraniche con anticorpi monoclonali e la prospettiva futura della neuromodulazione rendono il centro cefalee lucano in grado di stare al passo con i tempi ed iniziare un percorso finalizzato non solo all'assistenza, ma anche alla ricerca scientifica.

In collaborazione con Dott. Trimboli Michele, Dott. Gonnella Giovanni, Dott. Ferrante Enrico - UOC Neurologia, Azienda Ospedaliera Regionale San Carlo, Potenza

La Centralità del Paziente al simposio di ottobre a Soverato – Il racconto

In rappresentanza di Al.Ce. Group (Alleanza Cefalalgici) sono stata invitata a partecipare all'evento organizzato dalla Fondazione C.I.R.N.A. Onlus "I Simposi di Confinia Cephalalgica et Neurologica LA CENTRALITA' DEL PAZIENTE" nei giorni 12 – 13 ottobre 2018 a Soverato (CZ).

Il Convegno ha visto Relatori di grande prestigio alla ricerca, con incessante impegno, di strumenti e interventi terapeutici per migliorare la qualità della vita e focalizzare l'interesse sulle malattie neurologiche.

A tal proposito, la Regione Calabria ha approvato nell'anno 2016 PDTA (Percorsi Diagnostico-Terapeutici Assistenziali) che prevedono la realizzazione di un modello operativo per garantire uniformità di terapie e cure al paziente cefalalgico, creando una rete per trattare le forme episodiche e croniche. Tale iniziativa ha voluto venire incontro alla necessità di fornire un'assistenza che migliori l'attività sanitaria, rendendola efficiente e capace di rispondere ai bisogni dei pazienti di tut-

te le malattie neurologiche.

Nei due giorni si sono trattati argomenti di grande interesse: cefalee croniche e medicina del dolore, differenze di genere e invecchiamento di successo, sindromi neuro cutanee, emicrania e ictus, disturbi del sonno, con uno spazio riservato ai 30 anni di ricerche C.I.R.N.A. tra l'Italia e i Paesi delle Americhe Latine.

Ha chiuso i lavori la premiazione del Dott. Paolo Rossi, cui è stato consegnato il premio Kauchtschvili Award 2018.

Una note di lode va ai moderatori, i quali hanno saputo ben condurre i lavori; professionalità e competenza non sono mancate e la visione d'insieme è stata permeata da una buona dose di armonia, nonostante la diversità degli interventi susseguitisi.

La prima giornata del Convegno si è conclusa con un concerto del Maestro Claudio Colasazza che ha intrattenuto gli ospiti con pezzi jazz suonati magistralmente al pianoforte.

Nella seconda giornata, al termine del simposio, i partecipanti sono stati salutati con un lunch chetogenico, giusta conclusione all'insegna del relax, dopo due giornate in cui sono stati trattati temi importanti e impegnativi. Il pranzo si è svolto in un clima assolutamente informale e, per certi aspetti, quasi "familiare".

Un sentito grazie va al Dott. Rosario Iannacchero perché senza il suo lavoro niente di questo sarebbe stato possibile.

Un grazie immenso va anche al Prof. Giuseppe Nappi, Presidente onorario della Fondazione C.I.R.N.A Onlus, per la perseveranza nel suo instancabile lavoro di ricerca rivolto a migliorare la vita di noi pazienti.

Un altro immenso grazie va al Prof. Francesco Maria Avato, Presidente della Fondazione C.I.R.N.A Onlus, per la capacità di comprenderci e di capire le nostre fragilità e necessità.

Un grande grazie va a tutti i Relatori per l'entusiasmo e l'impegno che si manifestava ad ogni loro intervento ed è proprio grazie a loro se oggi la situazione dei pazienti cefalalgici è decisamente migliorata e la cefalea è stata finalmente "riconosciuta".

Non mancano segnali importanti di quanto sia cresciuta la sensibilità nei confronti della cefalea che fino a pochi anni fa era considerato un "normale malessere femminile". Il mal di testa, vissuto nel più assoluto silenzio, spesso porta a perdere la speranza di poter trovare ascolto e comprensione.

A tutti voi ancora grazie di cuore.

Vi abbraccio tutti

Lara Merighi (Ferrara)

**STA
ARRIVANDO!**

il calendario della
Cefalea 2019
mal di testa con i giorni contati

Fondazione C.I.R.N.A.
www.cefalea.it
Alliance Cefalea AICe

Per informazioni su come averlo è possibile consultare il sito www.cefalea.it