

COLOSTRO

Influenza invernale: il colostro è più efficace del vaccino

Estratto da: Gazzetta Medica Italiana — Archivio per le Scienze Mediche, 2005, Vol.164, N. 3,

Prevenzione di episodi influenzali con colostro in confronto con la vaccinazione

M.R. CESARONE, G. BELCARO, U. CORNELLI, A. DI RENZO, F. MUCCI, M. DUGALI, M. CACCHIO, M. CORNELLI, R. ADOVASIO, F. FANO, A. LEDDA, A. RICCI, S. STUARD, G. VINCIGUERRA

Il colostro è la sostanza prodotta dalla ghiandola mammaria nelle prime 48-72 ore dopo la nascita. Questo periodo è talmente importante che, senza di esso, molti mammiferi neonati non potrebbero sopravvivere. Per diverse ragioni, il colostro umano non può essere utilizzato facilmente o costituire una fonte primaria di prodotto da utilizzare. Nell'ultimo decennio è stato individuato nel colostro bovino la più valida fonte alternativa di produzione - sia per qualità che quantità - per la somministrazione nell'uomo. Oltre ad essere fonte importante di proteine, grassi, carboidrati, vitamine e minerali, il colostro umano contiene molte molecole biologicamente attive, essenziali per le funzioni immunitarie e di crescita. I fattori, presenti anche nel colostro bovino, sono praticamente identici a quelli rilevabili nel colostro umano, ma molti risultano in quantità più rilevanti e farmacologicamente interessanti (ad esempio alcune immunoglobuline e growth factors sono presenti in quantità circa 4 volte maggiori rispetto a quelle rilevabili nel colostro umano). I componenti più importanti del colostro sono i fattori immunitari ed i diversi fattori di crescita. I fattori immunitari forniscono l'immunità generica e la protezione contro le infezioni nelle prime settimane di vita, mentre i fattori di crescita stimolano lo sviluppo del neonato. Dopo la pubertà la quantità di fattori immunitari e di crescita presenti nel nostro organismo comincia a ridursi. Successivamente con l'avanzare dell'età diventiamo genericamente più vulnerabili alle malattie, il livello di energia si riduce, la pelle comincia a perdere elasticità, il peso tende ad aumentare e si riduce il tono muscolare. Inoltre considerando che viviamo in un ambiente "tossico", pieno di elementi inquinanti ed allergizzanti ed in condizioni diverse dal nostro sistema evolutivo, associato inoltre ad una serie rilevante di fattori di accumulo (zuccheri, grassi e sale in particolare) la generica diminuzione dell'efficienza immunitaria potrebbe essere

alla base di numerose malattie e disfunzioni. Diverse ricerche hanno dimostrato che il colostro possiede capacità immunitarie naturali e fattori di crescita che portano l'organismo ad uno stato di omeostasi, uno stato naturale di benessere e buona salute. Il colostro favorisce la funzione immunitaria naturale e ci rende capaci di reagire agli effetti dannosi degli agenti inquinanti e degli allergeni quando entriamo in contatto con essi. Inoltre, i fattori di crescita presenti nel colostro creano una sorta di "effetto collaterale" positivo nell'organismo sano, una aumentata capacità di metabolizzare i grassi, maggiore facilità nell'aumentare la massa muscolare, e "ringiovanire" muscoli e cute. Esistono oltre 90 componenti conosciuti nel colostro. Quelli principali sono i fattori immunitari e di crescita. Esso contiene inoltre un equilibrio preciso di vitamine, minerali ed aminoacidi tra le quali la preziosa glutammina. La glutammina è, infatti, l'aminoacido più abbondante nei muscoli. Circa il 60% degli aminoacidi contenuti all'interno delle cellule muscolari sono costituiti dalla glutammina. Il corpo usa la glutammina come precursore di quasi tutti gli aminoacidi. Tutti questi fattori agiscono in perfetta sinergia per ristabilire e mantenere uno stato di buona salute.

Fattori immunitari

È stato dimostrato che i fattori presenti nel colostro aiutano l'organismo a respingere virus, batteri e funghi. Ogni fattore gioca un ruolo specifico nella difesa del nostro organismo. Inoltre, il colostro contiene oltre 20 anticorpi specifici, inclusi quelli per Coli, Salmonella, Rotavirus, Candida, Streptococco, Stafilococco, Helicobacter Piloni, ed altri. Diversi studi, sia in vitro che clinici, hanno evidenziato che oltre alle immunoglobuline il colostro presenta un fattore che rinforza un sistema

immunitario poco attivo, mentre tende ad equilibrare un sistema immunitario iperattivo, come quello presente nelle malattie autoimmuni.

Fattori di crescita

I fattori di crescita aiutano a costruire e risanare ossa, muscoli, tessuto nervoso e connettivo, cute e cartilagine. È stato dimostrato che questi fattori aumentano la massa muscolare, aiutano l'organismo a bruciare grassi e favoriscono la guarigione delle ferite. Infine, è stato suggerito che i fattori di crescita rallentino addirittura l'invecchiamento attenuando i segni dell'età. I fattori di crescita presenti nel colostro possono:

- influire sul metabolismo cerebrale regolando alcuni mediatori migliorando l'umore
- aiutare la rigenerazione e migliorare la crescita normale di muscoli, ossa, cartilagini, cute, collagene e tessuto nervoso danneggiati o invecchiati
- promuovere il consumo di grassi per l'energia al posto di tessuto muscolare in casi di digiuno (dieta) e costruire e conservare un muscolo magro (indipendentemente dalla dieta)
- favorire la regolazione dei livelli di glucosio ematico e sostanze chimiche cerebrali, aumentando attenzione e concentrazione
- favorire la guarigione della cute se applicati localmente
- riparare selettivamente RNA e DNA del nostro organismo

Altri componenti utili

Alcune vitamine e minerali che rappresentano nutrienti essenziali per un metabolismo, crescita e sviluppo normali e sono indispensabili per mantenere un buono stato di salute sono rilevabili nel colostro (anche in base alla dieta). Diversi aminoacidi sono inoltre rilevabili in vari tipi di colostro. Questi componenti delle proteine sono necessari per la crescita e lo sviluppo dell'organismo. Essi sono divisi in essenziali (non prodotti dal nostro organismo) e non essenziali (possono essere prodotti nell'organismo). Il colostro è almeno 3 volte più efficace e cost-effective della vaccinazione nel prevenire episodi influenzali.

Colostro e prevenzione delle malattie influenzali

Molto si è discusso e molte discussioni sono ancora in corso sulla efficacia dei vaccini anti-influenzali anche se il loro utilizzo è ampiamente diffuso e raccomandato. Molti gruppi di soggetti non hanno alcun beneficio documentato scientificamente dall'uso dei vaccini.

Molti sono gli studi eseguiti per stabilire l'efficacia ed il livello di protezione dalle infezioni di tipo influenzale da parte dei vaccini ma manca tuttora una solida evidenza sulla loro efficacia

anche considerando il costo di questi prodotti. Il problema della vaccinazione è tuttora controverso e possono essere presenti effetti collaterali conosciuti. Inoltre, teoricamente è possibile avere effetti a distanza determinati da altri elementi che non siano conosciuti attualmente (ad esempio frazioni virali o altri fattori non conosciuti). Il colostro, in genere, risulta efficace nello stimolare e modulare la risposta immunitaria e mantenere uno stato di buona salute, inoltre non presenta effetti collaterali. Lo scopo del nostro studio è stato quello di valutare l'efficacia dell'uso del colostro orale nella prevenzione delle malattie influenzali legate alla stagione invernale, in paragone con il vaccino anti-influenzale e considerando anche un gruppo di soggetti, senza profilassi, come riferimento.

Risultati.

Nei soggetti trattati con colostro il numero medio di episodi per individuo, in 2 mesi (0,335; range 0-3) è stato inferiore sia a quello registrato in soggetti non trattati (è stato il 25% di quelli registrati nel gruppo non trattamento; $P < 0.05$) che a quello relativo ai trattati con il solo vaccino (nei soggetti che hanno usato il colostro gli episodi sono stati il 30% rispetto a quelli vaccinati ma senza colostro; $P < 0.05$). La differenza è significativa ($P < 0.05$) sia considerando il follow-up a 2 mesi che quello a 3 mesi. Il numero di giorni di malessere è stato circa 3 volte superiore nei soggetti non trattati con colostro ed in quelli vaccinati ma senza colostro. I costi rilevabili in base ai giorni persi di lavoro, al trattamento necessario in caso di influenza ed alle eventuali complicanze hanno seguito lo stesso andamento. Nei soggetti trattati con colostro il costo dovuto ai giorni ed agli episodi di malessere è stato circa il 30% di quello osservato nei gruppi che non hanno usato il colostro. Se si considerano anche i giorni di ricovero (osservati solo nei soggetti non trattati con colostro), susseguenti a complicanze broncopolmonari, la differenza tra costi diventa veramente rilevante ($P < 0.05$).

il colostro ha la miglior funzione di termogenesi (brucia grasso) conosciuta in natura...!

Conclusioni.

In conclusione il colostro è almeno 3 volte più efficace e cost-effective della vaccinazione nel prevenire episodi influenzali.

NOZIONI TRATTE DA:

PREVENTION OF FLU EPISODES WITH COLOSTRUM: COMPARISON WITH VACCINATION. THE EPIDEMIOLOGICAL STUDY IN SAN VALENTINO San Valentino-Vasto Vascular Screening Project

Department of Biomedical Sciences
G. D'Annunzio University, Chieti, Pescara, Italy

Aim.

The aim of this study was to evaluate the efficacy of the use of oral colostrum in the prevention of flu episodes in comparison with anti-flu vaccination and considering as a reference group subjects without prophylaxis.

Methods.

A group of 144 subjects was included; 137 completed the 3-month follow-up; 7 dropouts were caused by nonmedical problems. The groups were comparable (no prophylaxis, vaccination only, colostrum only and colostrum+vaccination).

Results.

In subjects treated with colostrum the average number of episodes in each individuals in 2 months (0.335; range 0-3) was significantly lower than the number of episodes registered in non-treated subjects (in the colostrum group there were 25% of the episodes observed in non-treated subjects; $P < 0.05$) and lower than the number observed in the vaccination group (in the colostrum group only 30% of the episodes observed in the vaccination group, not using colostrum was recorded; $P < 0.05$). The difference is significant ($P < 0.05$) both considering the period of 2 months and 3 months after inclusion. The number of days with flu was 3 times higher in the non-colostrum subjects. Costs observed considering loss of working days, treatments, drugs and complications had a comparable pattern. Considering also hospital admission occurring only in subjects not treated with colostrum, caused by respiratory complications, the costs difference between colostrum and non-colostrum subjects is clinically very important.

Conclusion.

In conclusion colostrum administration is at least 3 times more effective than vaccination to prevent flu. It is also very cost-effective.