

Esercizio fisico

e efficacia delle terapie antitumorali

RICERCA SCIENTIFICA

di **Paolo Levantino**
Farmacista clinico e giornalista scientifico,
Presidente Agifar Palermo
e Consigliere nazionale Fenagifar



Un recente studio, condotto dalle Università di Birmingham e Bath, ha scoperto che l'esercizio fisico di intensità moderata a vigorosa può migliorare significativamente l'efficacia delle terapie con anticorpi monoclonali.

La ricerca ha rivelato che l'attività fisica aumenta il numero di cellule immunitarie antitumorali, note come cellule natural killer (NK), raddoppiandone l'efficacia nell'eliminare le cellule tumorali in test "ex vivo" su campioni di sangue dei pazienti.

Il team di ricercatori ha coinvolto 20 individui, di età compresa tra 45 e 82 anni, con diagnosi di leucemia linfocitica cronica (LLC) ma ancora non sottoposti a trattamento. Ai partecipanti è stato chiesto di eseguire un ciclo di 30 minuti di esercizi di intensità moderata a vigorosa. Sono stati prelevati campioni di sangue in tre momenti: prima, subito dopo l'allenamento e un'ora dopo gli esercizi. I ricercatori hanno poi misurato il numero di cellule NK presenti e testato la loro capacità di uccidere le cellule tumorali, sia in presenza che in assenza di Rituximab, un trattamento comune per la LLC.

EFFETTO SINERGICO DELL'ESERCIZIO FISICO E DELLA TERAPIA NEL MIGLIORARE L'EFFICACIA DELLE CELLULE NK

I risultati hanno dimostrato che, con l'aggiunta di Rituximab, le cellule NK erano più del doppio efficaci nell'eliminare le cellule tumorali nei campioni di sangue raccolti subito dopo l'esercizio rispetto a quelli prelevati prima dell'attività fisica. Il dottor John Campbell, autore senior dello studio, ha affermato: *"Le cellule tumorali spesso cercano di 'nascondersi' nel corpo, ma sembra che l'esercizio fisico riesca a spostarle nel flusso sanguigno, dove sono più vulnerabili alla terapia e all'azione delle cellule NK."*

POTENZIALE BENEFICIO ANCHE NEL MONITORAGGIO POST-TRATTAMENTO

Lo studio suggerisce un potenziale beneficio anche per i pazienti in fase di monitoraggio post-trattamento, poiché l'esercizio potrebbe aiutare a rilevare eventuali recidive. Il dottor Harrison Collier-Bain, primo autore dello studio, ha evidenziato: *"Monitorare i pazienti dopo il trattamento è complicato perché se le cellule tumorali rimangono o riappaiono, a volte sono troppo basse per essere rilevate, ma un periodo di esercizio seguito da un prelievo di sangue subito dopo potrebbe aiutare a 'trovarle' se si 'nascondono' nel corpo."* I dati mostrano che dopo l'esercizio, non solo il numero di cellule NK aumentava del 254%, ma migliora anche il rilevamento delle cellule tumorali del 67%.

ESERCIZIO FISICO ALLEATO NEL PERCORSO DI CURA DEL CANCRO

Questo studio si aggiunge a un numero crescente di prove che dimostrano che l'esercizio fisico può essere utile prima, durante e dopo il trattamento del cancro. Essere fisicamente attivi può aiutare i malati oncologici ad affrontare meglio il trattamento, favorire il recupero e migliorare il benessere mentale. La nuova ricerca aggiunge un ulteriore dato significativo: l'esercizio fisico potrebbe migliorare l'efficacia del trattamento per alcuni tipi di cancro, sebbene siano necessarie ulteriori ricerche su un gruppo più ampio di pazienti. Questo studio apre quindi nuove prospettive e conferma l'importanza di un approccio integrato nel trattamento oncologico per migliorare i risultati clinici e la qualità della vita dei pazienti oncologici.

Fonte: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0889159124003040?via%3Dihub>