

FUNGHI E CANCRO ALLA PROSTATA

Revisione analitica degli studi in prospettiva d'uso dei FUNGI OFFICINALIS



Cordyceps Militaris

Ci sono evidenze scientifiche sia *in vivo* che *in vitro* che i funghi hanno capacità di prevenire il cancro alla prostata, attualmente abbiamo anche evidenze cliniche ed epidemiologiche sull'uomo che ribadiscono con forza questo assioma ovvero che l'assunzione dei funghi (vedi articoli allegati 1-2) sia come alimento (1-S. Zhang et alii : " *Mushroom consumption and incident risk of prostate cancer in Japan: a pooled analysis of the Miyagi Cohort Study and the Ohsaki Cohort Study*"; *Int. Jou. of Cancer* 2020) che come integratore (2-P.Twardowski et alii : " *A phase I trial of mushroom powder in patients with biochemically recurrent prostet cancer: roles of cytokines and myeloid-derived suppressor cells (MDSCs) for Agaricus bisporus induced PSA responses*"; *Cancer* 2015), non solo determinano una riduzione del rischio in base alla quantità settimanale consumata e correlata all'età, maggiore dopo i 50 aa (1); ma sono utili per impedire le recidive (2), quindi a scopo terapeutico come estratto, diminuendo sia il PSA che i fattori di immunosoppressione. L'estrema importanza ed autorevolezza di questi studi, stride con il silenzio con il quale vengono accolti dalla classe medica e dai media di molti paesi al mondo compreso il nostro, e ciò fa amaramente riflettere.

Soprattutto il primo, quello in Giappone finanziato dal governo giapponese (National Cancer Research and Development Fund) un imponente duplice studio di coorte che ha riguardato oltre 36.000 uomini di età tra i 40 e i 79 anni, iniziato negli anni 90 e durato mediamente 13 anni, dove si sono utilizzati i Registri Tumori (là funzionano!) e questionari sul consumo di funghi (categorizzati come < 1, tra 1-2 e > 3 volte a settimana) raccolti usando un questionario validato di frequenza di assunzione di alimenti, attraverso un'analisi di rischio multivariata in relazione all'incidenza di K alla prostata e durante i 574,397 di follow up anni/persona, ciò ha potuto permettere di associare la frequenza di assunzione di funghi con un abbassamento di rischio di K alla prostata, con un'evidenza particolarmente significativa (0,93 > 3 v/sett. *p* 0,023) per gli anziani sopra i 50 anni ed indipendentemente sia dallo stadio clinico del cancro che dall'assunzione di altri alimenti. Le conclusioni sono : " *Lo studio ha mostrato una relazione inversa tra il consumo di funghi e l'incidenza di cancro alla prostata tra la popolazione giapponese maschile oltre i 50 anni, suggerendo che l'uso dei funghi quale alimento abituale può aiutare a prevenire il cancro alla prostata*" e sappiamo che queste evidenze di natura epidemiologica sono tra le più significative in ambito scientifico. Ma tutto tace nel mondo medico ... Analizziamo ora queste conclusioni in prospettiva dell'uso dei *Fungi officinalis*, innanzi tutto bisogna dire che in molti studi gli estratti dei funghi di varie specie, non solo dell'*Agaricus bisporus* di cui al II° studio, ma anche dell'*Agaricus Blazei Murrill*, *Coriolus versicolor*, *Cordyceps militaris*, *Coprinus comatus* hanno dimostrato di inibire la proliferazione cellulare di linee cellulari di cancro

prostatico e di restringere la progressione tumorigenica prostatica da uno stato ormono-dipendente ad uno stato ormono-refrattario, inoltre il consumo più diffuso in Giappone riguarda funghi come lo *Shiitake (Lentinus edodes)*, la *Flammulina velutipes*, il *Pleurotus ostreatus* etc etc ma in misura molto limitata l'*Agaricus bisporus*, oltrechè le dosi consumate sono molto superiori a quelle occidentali e raggiungono anche i 200-300 gr di fungo fresco per le tre volte a settimana; tutto ciò apre prospettive molto interessanti sull'uso dei Funghi officinali prodotti secondo il metodo brevettato dalla *Fungi officinalis Srl* nei quali i principi terapeutici sono massimizzati e standardizzati sia nell'uso come fungo fresco a scopo preventivo ed a maggior ragione negli integratori come negli estratti dove è possibile un uso curativo. Infatti per stessa ammissione degli autori di ambedue gli studi analizzati, L'Ergotioneina (ERGO) il potente antiossidante ed antinfiammatorio di cui abbiamo parlato molte volte, risulterebbe la sostanza responsabile dell'azione terapeutica sia nel II° studio in maniera concentrata nell'integratore (fino a 28 gr equivalenti a 280 gr di fungo fresco) dell'*Agaricus bisporus*, che nel I° studio dove ha riguardato l'uso di altri funghi freschi che pur non brillando contengono comunque più ERGO dell'*Agaricus bisporus* (che ne contiene pochissimo), compensando la scarsa quantità con un'assunzione costante e per un periodo di tempo di anni mentre nel II° studio, che ha riguardato soggetti già operati di K prostatico nella prevenzione di recidive, l'uso come concentrato si è limitato a pochi mesi garantendo comunque un sufficiente apporto di ERGO. Quindi, concludendo, l'analisi ed il confronto di quanto sopra suggerirebbe che i *Fungi officinalis*, particolarmente ricchi in ERGO ed in costanza di azione terapeutica modulata sulla base dell'effetto desiderato, potrebbero essere utilizzati indifferentemente nei due modi (come integratore/estratto e/o fungo fresco) ed ai comuni dosaggi in uso in occidente, con prospettive di buoni (se non ottimi) risultati sia nella prevenzione del K prostatico in soggetti con più 50 aa e sia nel trattamento di soggetti già affetti di cancro alla prostata.

Ma questo implicherebbe l'adozione in sanità pubblica di una nuova visione realmente centrata sul paziente e sintetizzata nella famosa (ed attualissima) frase del nostro mentore Ippocrate che diceva più di 2300 anni fa più o meno così : “... *fa che ciò che mangi tutti i giorni sia la tua cura e che le medicine siano ciò che ti nutre...*” .

E con i Funghi officinali oggi siamo in grado di ottenerlo. *Dott Maurizio BAGNATO © Micomedicina 2021*