



16° CONGRESSO NAZIONALE SINut

SINut
Società Italiana di Nutraceutica

18-20 GIUGNO 2026

BOLOGNA Savoia Hotel Regency

Acne vulgaris, dalla dieta ai nutraceutici

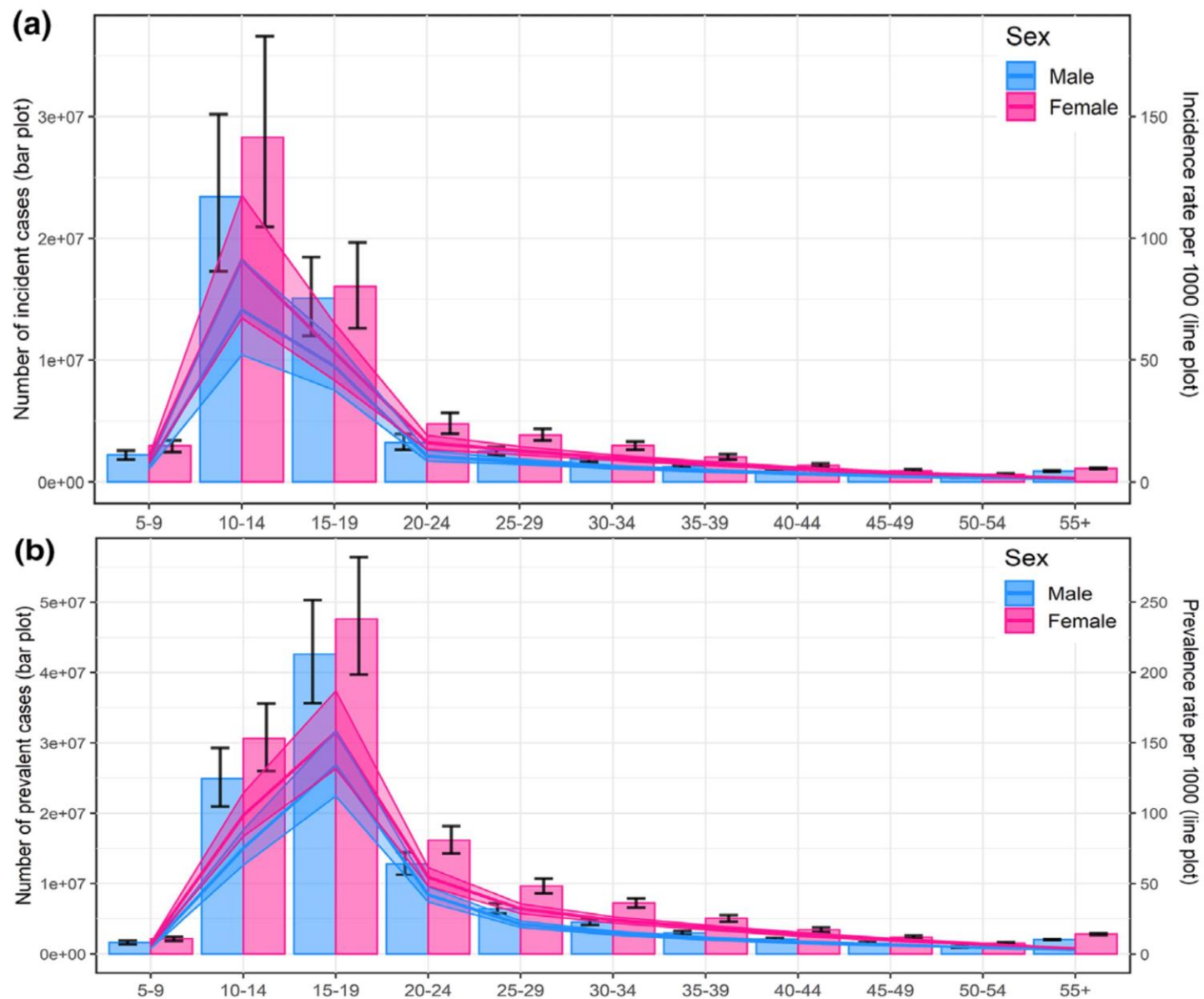
Federico Vietri

ai sensi dell'art. 76, comma 4 dell'Accordo Stato Regioni del 2 febbraio 2017 e del paragrafo 4.5. del Manuale nazionale di accreditamento per l'erogazione di eventi ECM

FEDERICO VIETRI

dichiara che negli ultimi due anni non ha avuto rapporti con soggetti portatori di interessi commerciali in ambito sanitario.





Acne vulgaris: un burden globale in aumento

- **117 milioni** di nuovi casi nel 2019

- **231 milioni** di casi prevalenti

Dal 1990:

+48% casi assoluti

+18% tasso di incidenza standardizzato

+16% tasso di prevalenza standardizzato

Aumento osservato in **200/204 Paesi**

Chen H, et al. *Br J Dermatol.* 2022;186(4):673–683.



Perché esplorare approcci adiuvanti nell'acne?

Acne in aumento, con impatto clinico e psicosociale rilevante



Secondo le linee guida AAD 2024, va ridotta l'esposizione antibiotica sistemica e favorito un **approccio multimodale**



Le stesse linee guida identificano un gap di evidenze su dieta e nutraceutici

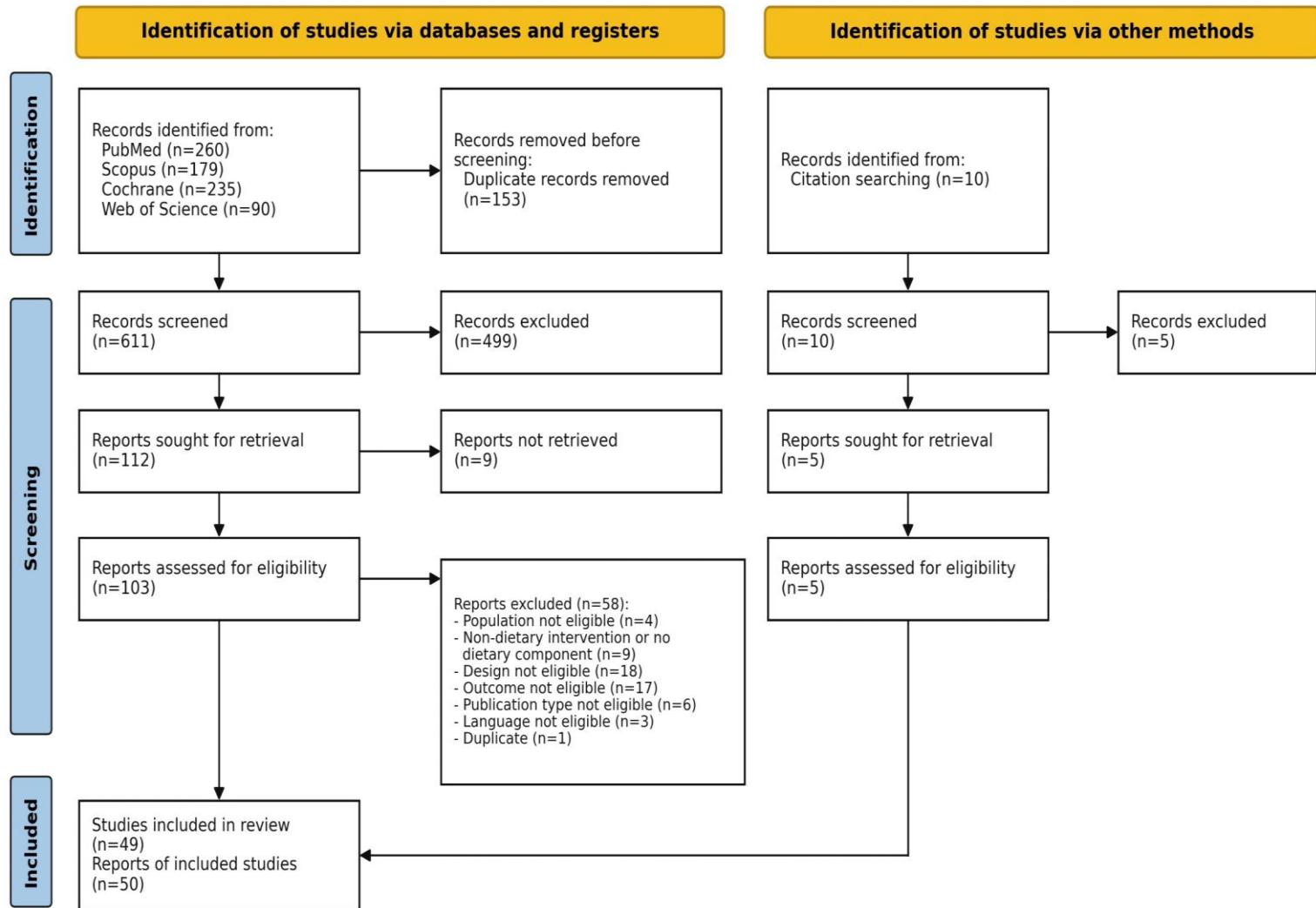


Dieta e nutraceutici: possibili approcci adiuvanti, non sostitutivi

Reynolds RV, et al. J Am Acad Dermatol. 2024;90(5):1006.e1–1006.e30.



Metodi della revisione: dalla selezione degli studi alla certezza dell'evidenza



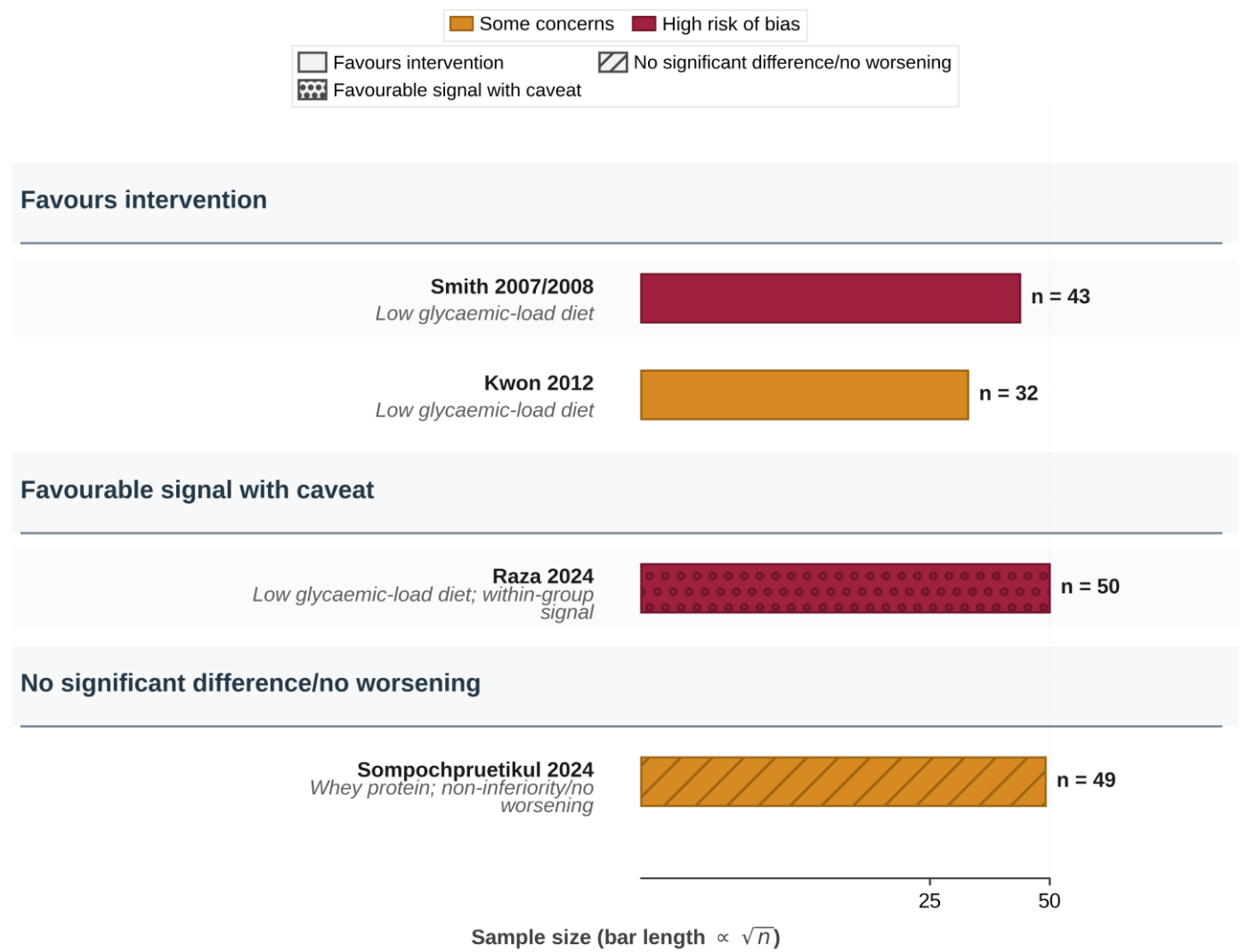
01 — Valutare i singoli studi
RoB 2 · Newcastle–Ottawa Scale · AXIS

02 — Raggruppare studi comparabili
Cluster definiti per disegno e comparabilità clinica e biologica

03 — Sintetizzare il corpo di evidenze
SWiM + harvest plots
GRADE adattato per ciascun cluster

Vietri F, Cicero AFG. The Role of Diet and Nutraceuticals in Acne Vulgaris: A Systematic Review. Unpublished manuscript





RCT dietetici: segnale favorevole per il basso GI/GL; nessun segnale di peggioramento con whey protein

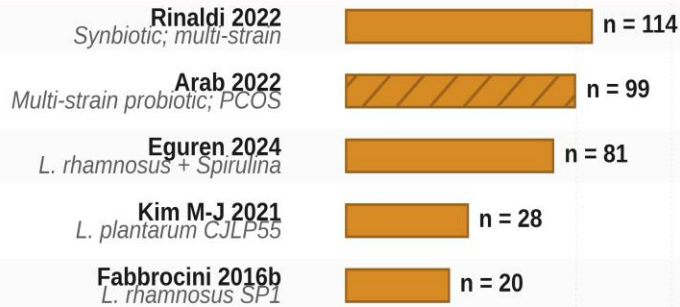
Direzione favorevole nei tre RCT low GI/GL; in Smith e Kwon il beneficio clinico è supportato anche da endpoint metabolici e istologici.

Certezza bassa: campioni ridotti, alto rischio di bias in due studi e, in Raza et al., assenza di un confronto inferenziale tra gruppi sugli outcome dell'acne.

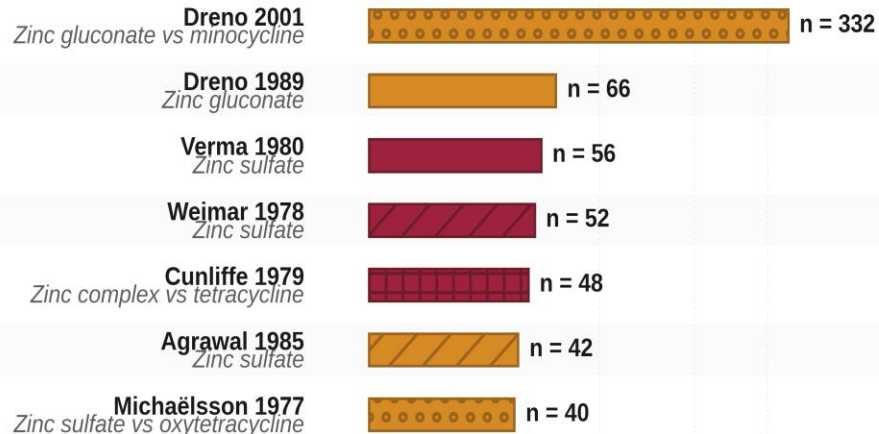




Probiotics & synbiotics



Zinc



Probiotici e zinco: segnali favorevoli, con diversa coerenza

Probiotici: 4/5 RCT favorevoli su almeno un outcome; in alcuni studi il miglioramento clinico si accompagnava a segnali sebacei, microbici o molecolari. **Certezza bassa.**

Zinco: Segnale soprattutto sulle lesioni infiammatorie: nel trial più ampio il gluconato ha determinato una riduzione di circa il 50%, pur risultando meno efficace della minociclina. **Certezza molto bassa.**

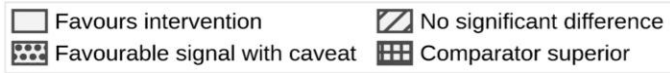
Vietri F, Cicero AFG. The Role of Diet and Nutraceuticals in Acne Vulgaris: A Systematic Review. Unpublished manuscript



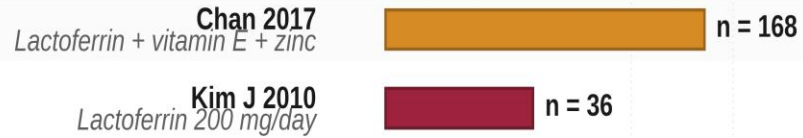
16° CONGRESSO NAZIONALE SINut

18-20 GIUGNO 2026

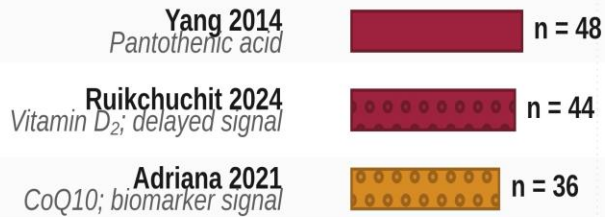
BOLOGNA Savoia Hotel Regency



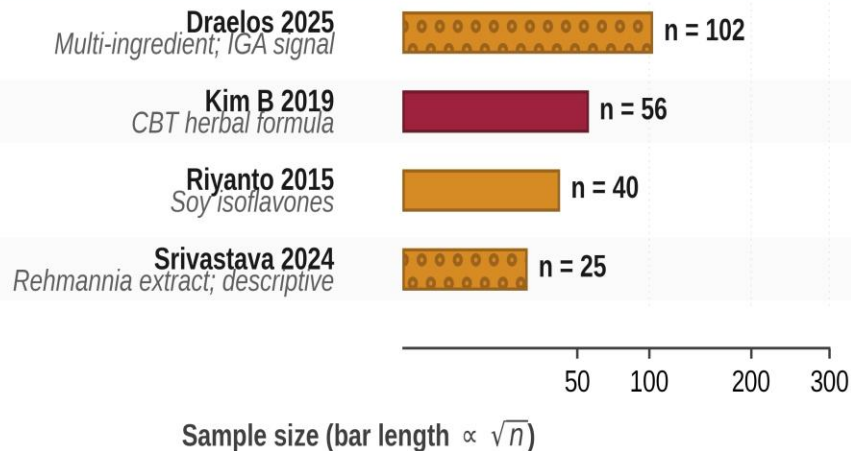
Lactoferrin



Vitamins & antioxidants



Botanicals & other



Vietri F, Cicero AFG. The Role of Diet and Nutraceuticals in Acne Vulgaris: A Systematic Review. Unpublished manuscript

Altri nutraceutici: segnali favorevoli, ma evidenza ancora preliminare.

Lattoferrina

Due RCT convergono su lesioni, severità e sebo; resta incerto quanto del beneficio sia attribuibile alla sola lattoferrina.

Vitamine e antiossidanti

Risultati non uniformi: segnale clinico per l'acido pantotenico, possibile effetto infiammatorio e carenza-dipendente per la vitamina D, risposta antiossidante senza chiaro beneficio clinico per il CoQ10.

Botanicals & other

Segnali distinti su lesioni infiammatorie, gravità globale e asse androgenico, ma prevalentemente da singoli studi, formulazioni differenti e risultati endpoint-specifici.

Messaggio comune

Certezza molto bassa, campioni piccoli, rischio di bias, co-interventi e scarsa replicazione indipendente.

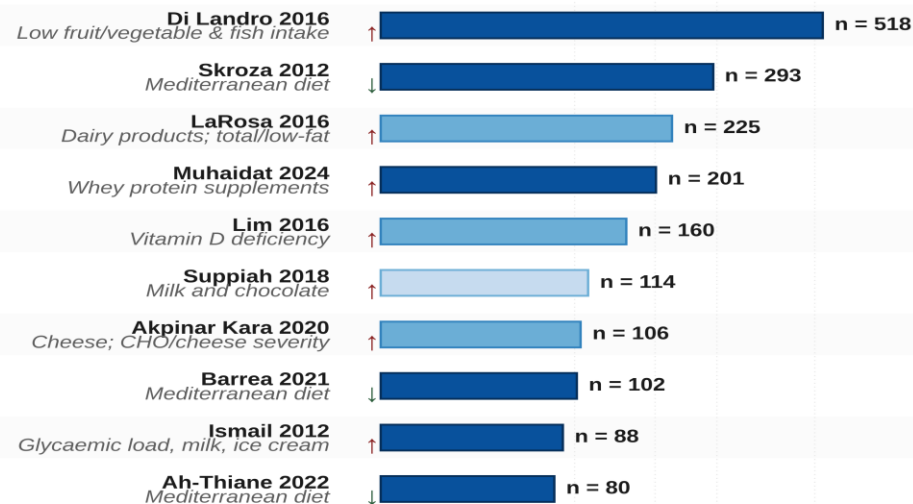


■ NOS 5/9 ■ NOS 4/9 ■ NOS 3/9

□ Significant association ■ Mixed/inconsistent findings ▨ No significant association

↑ Exposure associated with increased acne ↓ Exposure associated with decreased acne

Significant association



Mixed/inconsistent findings

Elkamshoushi 2021
IL-17A 1; vitamin D mixed n = 45

No significant association

Taha 2024
Mediterranean diet n = 242

Zalzala 2024
Vitamin D, dairy n = 235

Sample size (bar length $\propto \sqrt{n}$)

Studi caso-controllo: il pattern complessivo emerge più dei singoli alimenti

Pattern complessivo

Segnale più coerente: minore aderenza mediterranea e minore consumo di vegetali e pesce associati a maggiore acne.

Esposizioni specifiche

Associazioni osservate con alcune esposizioni, soprattutto **latte scremato/low-fat** e **whey protein**, ma senza un pattern uniforme.

Vitamina D

Risultati **discordanti**; il possibile segnale riguarda soprattutto **gravità** e **componente infiammatoria** nei soggetti carenti.

Evidenza osservazionale a certezza bassa–molto bassa: causalità non dimostrata.

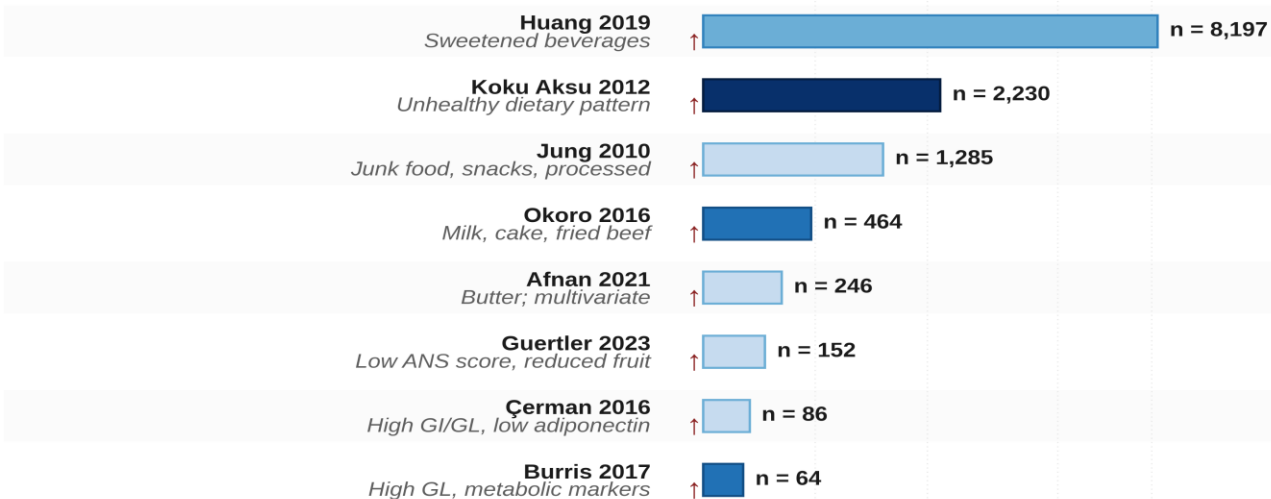


■ AXIS 17/20 ■ AXIS 16/20 ■ AXIS 15/20 ■ AXIS 14/20

□ Significant association ▨ No significant association

↑ Exposure associated with increased acne ↓ Exposure associated with decreased acne

Significant association



No significant association



Pattern alimentare complessivo

Più studi associano l'acne a profili più ricchi di **zuccheri, grassi e alimenti processati** e più poveri di **frutta, verdura e pesce**.

Segnali metabolici e specifici

GI/GL e marker insulinici risultano alterati in piccoli studi, mentre il segnale più informativo tra le esposizioni specifiche riguarda le **bevande zuccherate**.

Latticini e singoli alimenti

Nessuna associazione stabile: diversi risultati positivi erano **non aggiustati** o si attenuavano dopo l'aggiustamento

Certezza molto bassa: disegno trasversale, assenza di temporalità, esposizioni eterogenee e frequente aggiustamento incompleto.



Conclusioni

- **Dieta e nutraceutici mostrano segnali biologicamente plausibili**, coerenti con la modulazione di insulina/IGF-1–mTORC1, lipogenesi sebocitaria, infiammazione e asse intestino–cute.
- Tra gli interventi dietetici, la **riduzione di indice e carico glicemico** presenta il segnale più coerente negli studi randomizzati.
- Tra i nutraceutici, i **probiotici** mostrano il segnale favorevole più consistente; per zinco, lattoferrina e altri composti, i risultati sono più eterogenei o preliminari.
- **Dieta mediterranea e consumo di latte, soprattutto scremato**, emergono come associazioni osservazionali rilevanti, ma non ancora sufficienti per raccomandazioni categoriche.
- La certezza complessiva dell'evidenza rimane **bassa o molto bassa**: queste strategie possono essere considerate come **potenziali interventi adiuvanti e individualizzati**, non come alternative alle terapie consolidate.



Grazie per l'attenzione

Acne vulgaris, dalla dieta ai nutraceutici

Federico Vietri

federico.vietri@studio.unibo.it

fed23tar@gmail.com



16° CONGRESSO NAZIONALE SINut

18-20 GIUGNO 2026

BOLOGNA Savoia Hotel Regency