

Farmaci & Mutazione MTHFR

I principali principi attivi che depauperano le Vitamine B, inibiscono i Folati e aumentano l'Omocisteina nel sangue.

Nota di Cautela Medica: Questa infografica ha scopo puramente informativo e divulgativo. Non sospendere o modificare mai una terapia farmacologica prescritta senza la diretta supervisione del tuo medico o specialista curante.

● Impatti Principali sui Nutrienti Chiave

VITAMINA B9



Folati / Acido Folico

Cruciale per la sintesi del DNA, riproduzione cellulare e chiusura del tubo neurale.

Principali Inibitori:

Metotrexato, Bactrim, Pillola, Acido Valproico, Folina Sintetica (blocco recettoriale).

VITAMINA B12



Cobalamina

Indispensabile per il sistema nervoso, rimetilazione dell'omocisteina ed energia.

Principali Inibitori:

Metformina, Gastroprotettori (IPP), Antiepilettici, Cianocobalamina.

B6 & OMOCISTEINA



B6 (P5P) & Rischio Vascolare

Regola l'umore e la via della transolfurazione verso il glutatione.

Principali Alteratori:

Fibrati (impennata omocisteina), Pillola Anticoncezionale, L-Dopa, Protossido di Azoto.

● Mappa dei Farmaci e Principi Attivi



Gastroprotettori & IPP

Omeprazolo, Pantoprazolo, Esomeprazolo, Ranitidina

**FORTE
IMPATTO
B12**

Abbassano l'acido gastrico nello stomaco, bloccando la scissione della **Vitamina B12** dal cibo e il legame col Fattore Intrinseco. Riducono anche



Metformina (Diabete / PCOS)

Glucophage, Metforal e generici

**CARENZA
B12**

Inibisce l'assorbimento di **Vitamina B12** nell'ileo. L'uso prolungato causa un deficit profondo di B12 con conseguente impennata dell'**Omocisteina** e

l'assimilazione dei folati.

nebbia mentale.



**Pillola
Anticoncezionale &
TOS**

Estroprogestinici, Anello,
Terapia Ormonale
Sostitutiva

**RISCHIO
TROMBOTICO**

Svuotano le riserve di **B6, B9 (Folati) e B12** ed aumentano il rischio coagulativo. Nei soggetti MTHFR con omocisteina alta amplificano il rischio cardiovascolare.



**Antifolici
(Metotrexato &
Bactrim)**

Methotrexate, Trimethoprim,
Cotrimoxazolo

**BLOCCO
DHFR**

Inibiscono direttamente l'enzima diidrofolato reductasi (DHFR). Azzerano i folati attivi nel corpo provocando severa tossicità se non supportati da **5-MTHF**.



**Antiepilettici &
Neuro-
stabilizzatori**

Acido Valproico (Depakin),
Tegretol, Fenitoina

**CATABOLISMO
B**

Accelerano la distruzione epatica e l'eliminazione renale di **Vitamina B6, B9 e B12**. Riducono drasticamente l'assorbimento dei folati alimentari.



**Fibrati & Resine
Sequestranti**

Fenofibrato, Colestiramina

**↑
OMOCISTEINA**

I fibrati causano un innalzamento marcato dell'**Omocisteina** plasmatica, mentre le resine bloccano l'assorbimento intestinale delle vitamine liposolubili e dei folati.



**Protossido di
Azoto (Anestetico)**

Gas esilarante, Sedazione
cosciente odontoiatrica

**INATTIVAZIONE
B12**

Inattiva in modo irreversibile la *Metionina Sintasi* (l'enzima dipendente dalla B12). Può far precipitare deficit acuti di B12 con conseguenti manifestazioni neuropatiche.



**Integratori Sintetici
Non Attivi**

Folina (Acido Folico
sintetico), Cianocobalamina

**COLLO DI
BOTTIGLIA**

Non vengono convertiti dall'MTHFR mutato. Circolano inattivi nel sangue, **tappano i recettori cellulari** (UMFA) e impediscono all'organismo di assorbire i veri folati attivi.

● **La Soluzione: Cosa Sostituire e Pretendere**

NUTRIENTE	✗ FORMA SINTETICA (DA EVITARE)	✓ FORMA ATTIVA METILATA (DA SCEGLIERE)
Vitamina B9	Acido Folico sintetico / Folina	5-MTHF (Metilfolato / Levomefolato)
Vitamina B12	Cianocobalamina (contiene cianuro)	Metilcobalamina (o Adenosilcobalamina)
Vitamina B6	Piridossina HCl	Piridossale-5-Fosfato (P5P)

Cosa Fare se Assumi uno di questi Farmaci?

1. Non Sospendere

Non interrompere mai la terapia medica senza consultare il prescrittore.

2. Integra Attivo

Richiedi al tuo medico di affiancare forme attive metilate (5-MTHF, Metilcobalamina).

3. Monitora l'Omocisteina

Controlla periodicamente Omocisteina ematica (valore ideale 6-8 $\mu\text{mol/L}$) e Vitamina B12.

Estratto e rielaborato dal manuale sulla Metadepurazione & Mutazione MTHFR | Valentina Parissi