



Uno studio clinico ha dimostrato come l'integrazione alimentare di DHA potrebbe essere utile nel trattamento dell'acne.

L'efficacia del trattamento sembra poter dipendere dall'azione antinfiammatoria degli Omega-3 e tale beneficio potrebbe essere supportato da un processo di inibizione della secrezione di alcuni dei principali mediatori dell'infiammazione dell'acne quali IL-1, IL 6, IL-8 e TNF- α (1).

A supporto dell'attività antinfiammatoria del DHA, ci sarebbe anche l'azione dell'Omega 3 di diminuire i livelli sierici del fattore di crescita insulino-simile-1 (IGF-1), responsabile della proliferazione dei cheratinociti e la sintesi di androgeni nelle ovaie e nei testicoli, e della proteina-3 (IGFBP-3), nonché un fattore pro-apoptotico nelle cellule epiteliali e ciò si traduce nella **capacità del DHA di modulare la produzione di sebo** (2,3). Indagini separate hanno mostrato anche come l'EPA possa inibire la produzione di LTB4 (4), sostanza nota per aumentare la produzione di sebo, e la sua inibizione porterebbe a un **miglioramento significativo dell'acne** (5).

L'assunzione di 2000 mg di DHA per 10 settimane ha portato ad una riduzione delle lesioni cutanee almeno tra il 15 e il 42 %.

Questo studio mostra per la prima volta che dosi moderate di 1 acido grasso omega-3 quale il DHA potrebbero essere utilizzati come trattamento coadiuvanti per i pazienti con acne.

