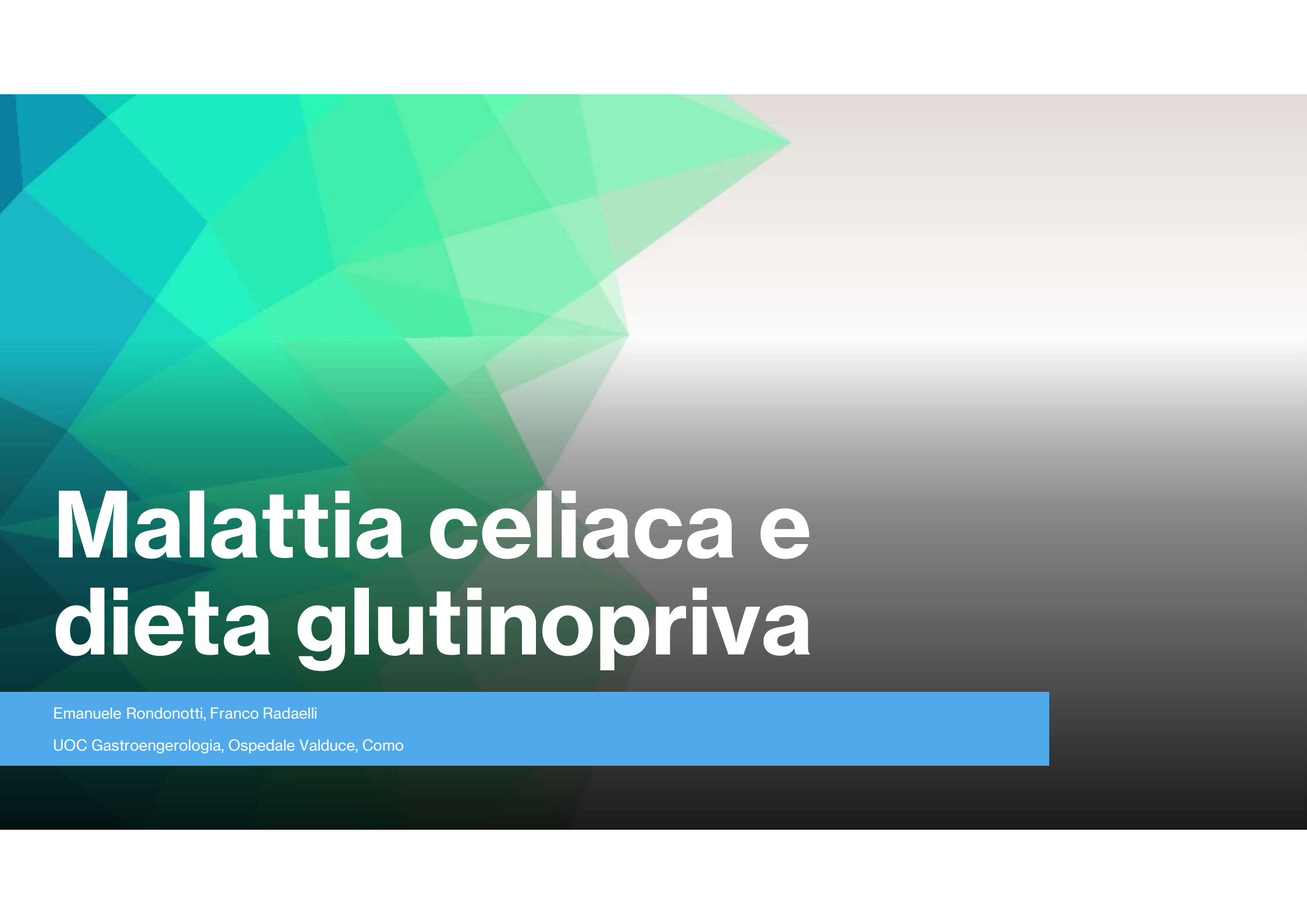




Malattia celiaca e dieta glutinopriva

Emanuele Rondonotti, Franco Radaelli

UOC Gastroenterologia, Ospedale Valduce, Como

Celiachia: una condizione unica!



Glutine !!!

Celiachia: cos'è? ...

Enteropatia immuno-mediata, che si sviluppa in soggetti geneticamente predisposti in seguito all'ingestione di glutine.

Celiachia: una condizione unica... ... con tante facce



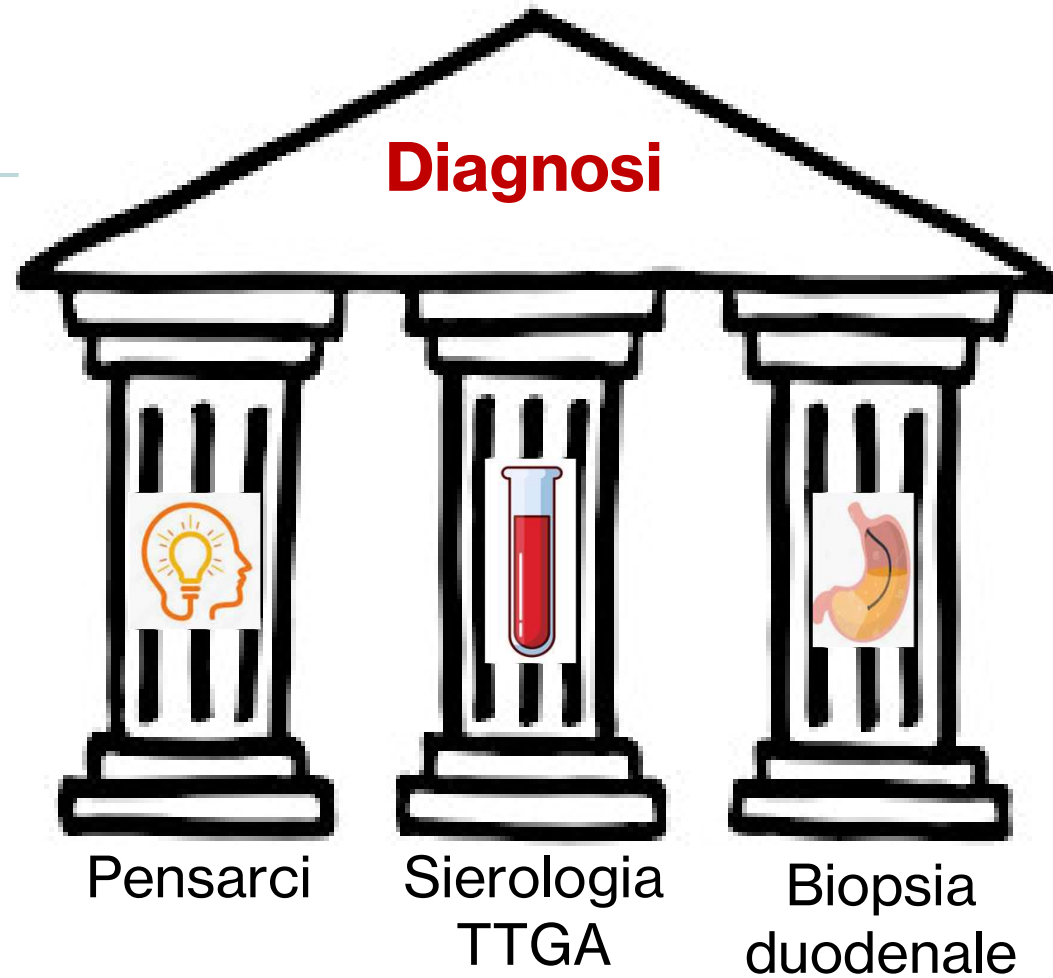
Presentazione “tipica”

- Diarrea
- Dolore addominale
- Calo di peso
- Mancato accrescimento (bambini)
- Distensione addominale

Presentazione “atipica”

- Anemia da carenza di ferro
- Osteoporosi giovanile
- Alopecia severa
- Aumento degli enzimi del fegato (transaminasi)
- Ulcere e lesioni ricorrenti nella bocca (aftosi orale ricorrente), perdita dello smalto dentario (ipoplasia)
- Vomito persistente/ricorrente
- disturbi del ciclo mestruale
- Infertilità, poliabortività spontanea
- Ecc..

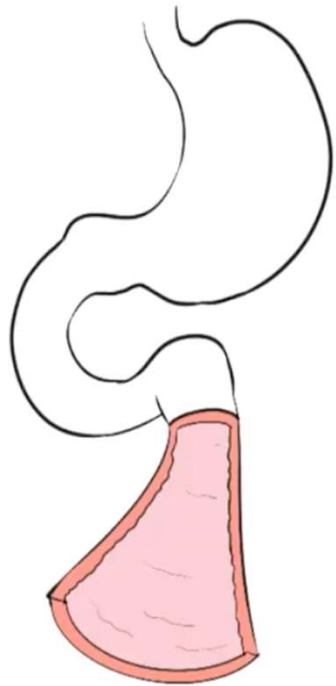
Celiachia: come fare la diagnosi



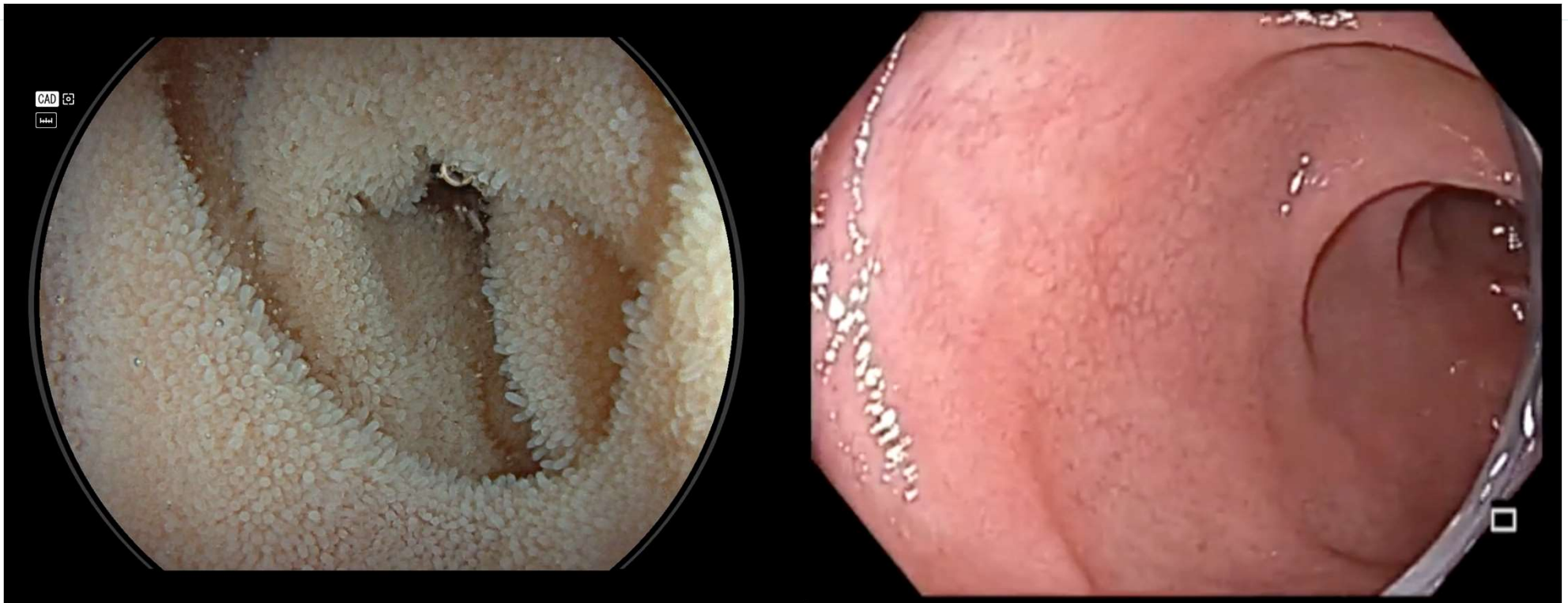
RISULTATO ...

- 1-2% della popolazione italiana
- 0.5-1% della popolazione mondiale
- Tanti pazienti non diagnosticati

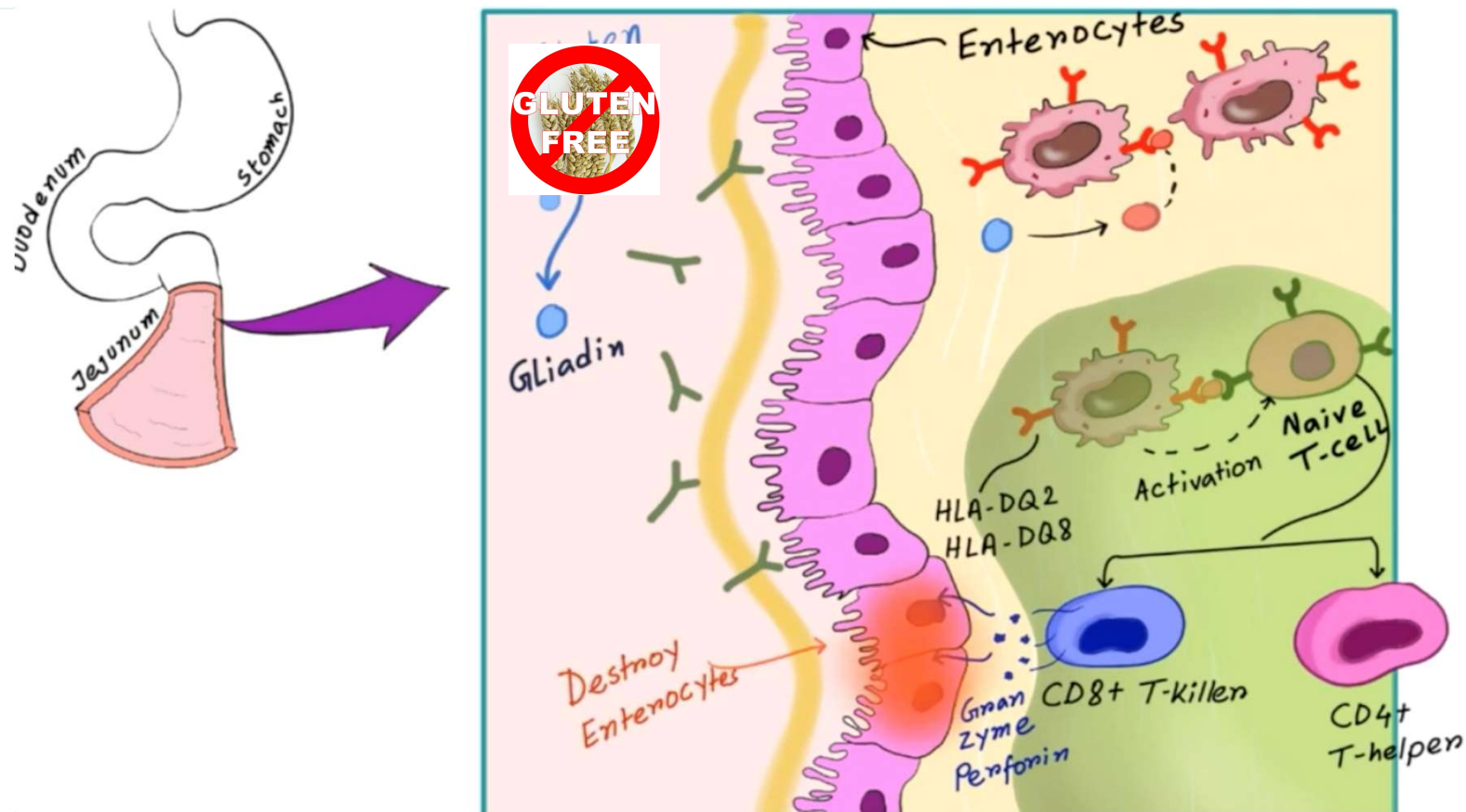
Celiachia: ma cosa succede?



Celiachia: ma cosa succede?



Celiachia: quale terapia?



La dieta glutinopriva: cos'è

Dieta di eliminazione
(esclusione di alimenti
contenenti glutine)

CEREALI, FARINE, AMIDI SENZA GLUTINE

Patata
Mais
Riso
Miglio
Quinoa
Sorgo
Teff
Amaranto
Legumi
Lupino
Grano saraceno
Guar
Xanthano

CEREALI, FARINE, AMIDI CON GLUTINE

Orzo
Segale
Frumento
Farro
Kamut
Spelta
Malto
Seitan
Couscous
Crusca
Bulgur
Avena*





Cosa significa “gluten free”?

<20 parti per milione = 2 mg/100 gr = 20 mg/kg (<0.002%)



1min e ½ In 2 aa



Cosa significa seguire una dieta senza glutine glutinopriva:

Dieta di eliminazione
(esclusione di alimenti
contenenti glutine)

- Esclusione di qualsiasi alimento
contenga anche **minime tracce di glutine**
- Per legge (Reg. EU 1169/2011) **non è obbligatorio** indicare la presenza di
glutine nei cibi
- Maggior rischio nei cibi "elaborati"
- Eliminazione del glutine **per tutta la vita**

**La dieta
glutinopriva:
cambia la vita?**





La dieta glutinopriva: cambia la vita!

Miglioramento clinico.

Sfida **emotiva e sociale** (viaggiare, uscire a cena, situazioni conviviali, lavoro ecc..).

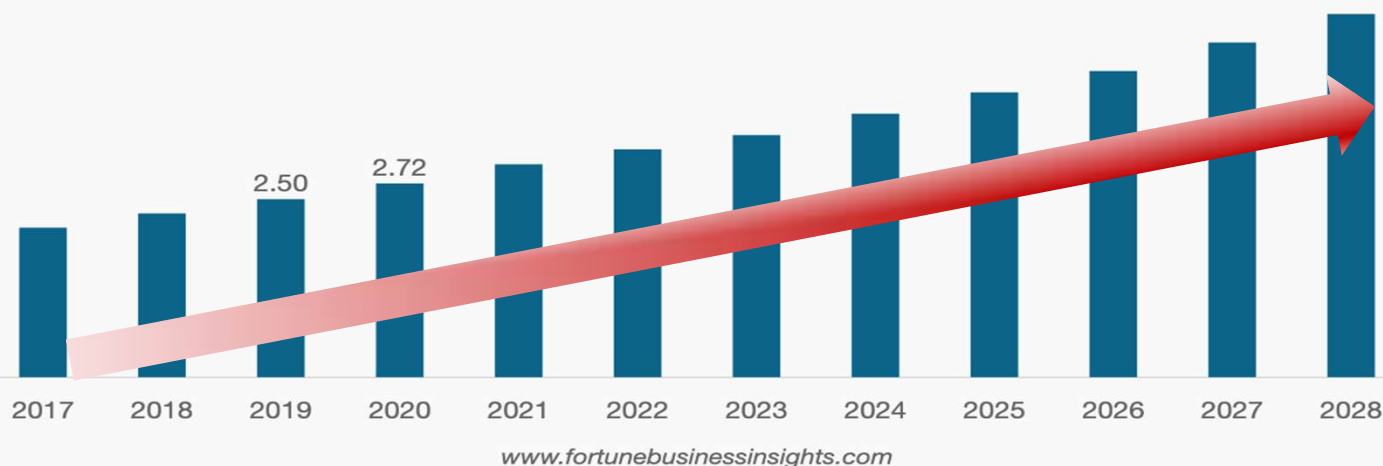
Difficoltà di **pianificare** la propria vita di tutti i giorni.

Possibile **stato d'ansia**, necessità di controllare tutti gli alimenti.

Dieta senza glutine... un “affare” di mercato!

- In Italia, il mercato dei prodotti senza glutine ha raggiunto un valore di oltre 1 miliardo di euro nel 2023, con una crescita annua del 10-15%.

North America Gluten free Food Market Size, 2017-2028 (USD Billion)



**In USA 72% dei soggetti
a dieta senza glutine
NON SONO CELIACI**

Perchè lo fai?





Dieta glutinopriva: quante fake news!!!

- La dieta senza glutine fa dimagrire !!!
- La dieta senza glutine è un regime salutare !!!
- Me l'ha suggerito un mio «amico» che sta benissimo !!!
- Se lo dicono anche Djokovic, Miley Cyrus, Lady Gaga sarà per forza vero!!!

Possibili effetti nei pazienti non-celiaci

1. Esclusione alimentare:

- dieta meno varia
- eliminazione della fonte principale di carboidrati complessi
- riduzione apporto micronutrienti
- riduzione delle fibre , del ferro, delle vitamine (es. vit B).

2. Potenziale aumento di calorie e zuccheri:

- biscotti, pasta e pane gluten free, presentano spesso più zuccheri e calorie perché addizionati di grassi rispetto alle versioni con glutine.
- Incremento di peso non desiderato.

3. Effetto placebo:

- mascheramento di altri problemi clinici

4. Costo:

- consumare cibi senza glutine non solo ha delle implicazioni a livello di salute, ma può essere una scelta molto costosa, in quanto gli alimenti senza glutine spesso costano di più rispetto ai loro equivalenti contenenti glutine.

Conclusioni

- La dieta senza glutine è un regime alimentare restrittivo con regole molto precise (e ferree)...
- La dieta glutinopriva è la terapia della malattia celiaca
- La scelta di sottoporsi ad una dieta glutinopriva senza una diagnosi chiara e senza supporto/supervisione del personale sanitario comporta possibili importanti conseguenze per la salute!!!

**Grazie per
l'attenzione!!**

