

Salute: “mal di glutine” solo per il 5% di chi pensa di averlo

Non oltre 3,5 milioni di italiani, ma poche migliaia di persone

venerdì 13 marzo 2015, 19:15 di F.F.



La sensibilità al glutine non celiaca esiste, ma non è un’epidemia” e riguarda appena il 5% dei soggetti che affermano di avere sintomi evidenti dopo aver mangiato glutine, pur senza essere celiaci. Lo dimostrano i risultati di una ricerca italiana condotta su 59 casi sottoposti a una sperimentazione rigorosa, per la quale sono state utilizzate per la prima volta speciali capsule contenenti glutine o un placebo. Lo studio italiano

ha cercato di fare chiarezza sull’argomento attraverso una sperimentazione, condotta da Gino Roberto Corazza e Antonio Di Sabatino della Clinica Medica del Policlinico San Matteo dell’Università di Pavia. “Negli ultimi anni si è diffusa l’idea che il glutine possa essere responsabile di un disturbo non caratterizzato da lesioni intestinali, tipiche della celiachia vera e propria, ma solo da sintomi come dolore e gonfiore addominale, mente offuscata, depressione – spiega Corazza, responsabile dell’indagine e presidente della Società Italiana di Medicina Interna (SIMI) – La sensibilità al glutine non celiaca, stando ad alcuni, sarebbe ben più diffusa della celiachia: le stime sono arrivate a indicare che il 15-25% della popolazione preferisca una dieta senza glutine”. I medici hanno coinvolto 59 pazienti non celiaci e non allergici al glutine con sintomi intestinali e/o extraintestinali dopo il consumo di cibi contenenti piccole quantità di glutine, come quelle presenti in un tramezzino. “I sintomi sono mediamente peggiorati con l’ingestione di glutine, ma solo una piccola quota di casi, pari al 5%, è risultata davvero sensibile al glutine. La maggior parte infatti è ‘vittima’ del cosiddetto effetto nocebo, ovvero ha avuto un peggioramento dei disturbi semplicemente per il timore di aver assunto glutine”, spiega Corazza. In attesa di ulteriori conferme i medici sottolineano che i pazienti non devono auto-diagnosticarsi la sensibilità al glutine ma affidarsi a centri esperti, che possano procedere con una diagnosi seria e controllata. L’esclusione del glutine dalla dieta in maniera autonoma e svincolata da una reale diagnosi, infatti, è da scoraggiare perché, oltre a costringere a un’alimentazione molto costosa preclude la possibilità di una successiva diagnosi di vera celiachia in chi lamenta disturbi dopo aver mangiato il glutine”, conclude Corazza.