

## Celiachia, intolleranza al glutine, no a diagnosi fai da te

a cura di Giovanna Manna

data pubblicazione 26 ott 2016 alle ore 12:05pm



E' una moda pericolosa dicono gli esperti, quella di autodiagnosticarsi una intolleranza al glutine, o meglio una 'sensibilità al glutine non celiaca'.

Perché, molti sono i presunti intolleranti "i veri celiaci e come tali vanno inquadrati e seguiti da uno specialista". A lanciare l'allarme sono i gastroenterologi della Sige (Società italiana di gastroenterologia), che ricordano come questa condizione, "dai contorni assai sfumati", è finita da qualche tempo sotto i riflettori, facendo allargare la rosa delle potenziali proteine alimentari colpevoli di disturbi simili a quelli della sindrome dell'intestino irritabile (pancia gonfia, dolori addominali, diarrea alternata a stipsi), molto frequenti tra la popolazione, soprattutto le donne.

Sintomi ai quali si accompagnano spesso anche stanchezza, malessere generale, cefalea, difficoltà di concentrazione, eczemi, dolori articolari.

“In un mondo sempre più dominato da mitologie dietetiche fomentate da un’informazione ad alto flusso, di facile accesso ma non controllata e non sempre attendibile sottolinea Antonio Craxì, presidente della Sige – il ruolo di una società scientifica è quello di fornire al pubblico la visione più aggiornata, comprensibile e nel contempo bilanciata su quanto la ricerca scientifica, ma anche le mode del momento pongono all’attenzione di tutti”.

La Sige, “che raccoglie il maggior numero dei clinici e dei ricercatori italiani attivi nel campo delle malattie digestive, si pone come interlocutore attento e consapevole dei bisogni di salute, ma anche delle incertezze che derivano da una informazione spesso improntata a soddisfare esigenze commerciali più che a sostenere il benessere individuale”, prosegue Craxì.

Gli inibitori dell’amilasi-tripsina o Ati, che rappresentano il 4% appena di tutte le proteine del frumento, sarebbero in grado di accendere l’infiammazione a livello dell’intestino, da dove si diffonderebbe a una serie di tessuti quali linfonodi, reni, milza e addirittura al cervello. “Si tratta di osservazioni preliminari – afferma ancora Carolina Ciacci, ordinario di Gastroenterologia dell’Università di Salerno – che andranno valutate e validate attraverso studi clinici nell’uomo”.

Le Ati sono piccoli frammenti di proteine antigeniche, contenute nel frumento insieme al glutine, che inducono una risposta immunologica nella quale si producono soprattutto citochine (molecole infiammatorie) e questo segna l’inizio di una microinfiammazione “che non siamo ancora in grado di misurare, ma che induce malessere”.

Questi pazienti non sono celiaci e hanno sintomi gastrointestinali o talora molto vaghi come cefalea, difficoltà di concentrazione, senso di testa vuota anche a distanza di minuti dopo aver consumato cibi contenenti frumento. Anche per questo ci si sta orientando a parlare non più o non solo di ‘intolleranza al glutine’, ma di ‘intolleranza al grano’.

Per questo, molte di queste persone intolleranti finiscono con l’adottare spontaneamente una dieta gluten-free che in alcuni contesti, come gli Stati Uniti, è stata scelta anche da un americano su 4, facendo esplodere il mercato dei prodotti gluten-free.