

SALUTEuropa

[Celiachia e intolleranza al glutine: allarme diagnosi fai-da-te](#)



I gastroenterologi della SIGE lanciano l'allarme "sensibilità al glutine non celiaca" (NCGS). Molti di quelli che si autodiagnosticano una NCGS sono in realtà dei veri celiaci e come tali vanno inquadrati e seguiti da uno specialista.

Secondo i gastroenterologi della SIGE sono troppe le persone che si autodiagnosticano la cosiddetta **intolleranza al glutine** o "sensibilità al glutine non celiaca" (NCGS), condizione dai contorni assai sfumati e non facilmente diagnosticabile.

L'invito lanciato è quello di **rivolgersi sempre allo specialista e a lasciare da parte il "fai-da-te"**, che in materia di salute può sempre rivelarsi pericoloso.

Disturbi "di moda" o problemi reali?

In principio era la **celiachia**, patologia ben caratterizzata per la verità solo intorno agli anni '50 ma della quale si sa ormai veramente tutto. Le stime dicono che interessa **almeno un italiano su 100** (come in tutto il mondo occidentale), anche se i **soggetti geneticamente predisposti** a questa condizione sono circa il 30% della popolazione, cioè quasi **1 persona su 3**.

«La celiachia – spiega la professoressa Ciacci - è **un'intolleranza al glutine**, un complesso di **proteine presenti nel grano e in altri cereali (orzo, segale, ecc) che attiva una risposta immunologica in persone geneticamente predisposte**». La predisposizione genetica è conferita dalla presenza dei geni HLA-DQ2 e/o HLA DQ8. Negli individui portatori dei geni predisponenti, il glutine può scatenare **una reazione immunitaria con conseguente produzione di auto-anticorpi e di molecole infiammatorie** (citochine) che vanno a **danneggiare la mucosa intestinale** (atrofia dei villi, infiltrazione della mucosa con cellule infiammatorie), alterando la permeabilità dell'intestino. La diagnosi si basa proprio su queste caratteristiche: presenza nel sangue (il prelievo va fatto mentre il soggetto segue una dieta contenete glutine) di elevati livelli di anticorpi (anti-transglutaminasi IgA e anti-endomisio); appiattimento dei villi intestinali rilevato alla biopsia della seconda porzione del duodeno effettuata durante una gastroscopia.

La diagnosi di "sensibilità al glutine non celiaca"(NCGS)

Mentre per la celiachia i criteri diagnostici sono chiari e non lasciano adito a dubbi, molto **più controversa è la diagnosi di "sensibilità al glutine non celiaca"**(NCGS), ormai una moda fuori controllo in alcuni paesi, come gli Stati Uniti. «Quando non ci sono gli elementi per far diagnosi di celiachia – afferma la professoressa Ciacci – ma **la persona riferisce che i suoi sintomi sono alleviati o scompaiono a dieta senza glutine**, questa **persona si auto-definisce** – perché questa non è una diagnosi medica – "intollerante" al glutine o **affetto da "sensibilità al glutine di tipo non celiaco"** (o gluten sensitivity)».

Sono stati proposti diversi protocolli per la diagnosi di questa condizione, ma in assenza di un biomarcatori e o di alterazioni istologiche tipiche, la diagnosi può essere solo di esclusione. In linea di massima gli esperti concordano che, **se dopo 6 settimane di dieta priva di glutine, non si osservano miglioramenti sui sintomi addominale, la diagnosi di NCGS può essere esclusa** con ragionevole certezza.

La terapia

Per la celiachia **al momento l'unica terapia realmente efficace è la dieta priva di glutine** (gluten free diet, o GFD), che rappresenta l'unico modo certificato per portare ad una progressiva normalizzazione degli anticorpi e dei danni della mucosa intestinale. Naturalmente **ci sono molte linee di ricerca che stanno cercando di valutare la fattibilità e l'efficacia di trattamenti alternativi**, vista l'evidente difficoltà del seguire un regime alimentare del tutto privo di glutine. **Sul fronte della NCGS, non esistendo una diagnosi di certezza non è possibile dare indicazioni specifiche, neppure nel campo della terapia**. Molti di questi soggetti finiscono con l'adottare spontaneamente una GFD, che in alcuni contesti, come gli Stati Uniti, dove la moda della NCGS impazza, è stata adottata spontaneamente da un americano su 4 portando letteralmente a far esplodere il mercato dei prodotti gluten-free che lo scorso anno ha battuto cassa per 11,6 miliardi di dollari e presenta un trend di crescita inarrestabile.

Fonte: