



La sensibilità al glutine non celiaca è una condizione clinica dai contorni ancora sfumati

[RICERCA E CURA](#)

Intolleranza al glutine non celiaca, allarme dei gastroenterologi della SIGE

Numerose proteine del grano sono responsabili di disturbi gastrointestinali e malessere generale. Il problema è la diagnosi

di [AB](#)

Sono sempre più numerose le persone che pur non considerandosi celiache si autodiagnosticano una intolleranza al glutine. Questo disturbo in realtà si chiama **‘sensibilità al glutine non celiaca’ (NCGS)**, una condizione dai contorni ancora molto sfumati e indefiniti.

Non solo glutine, ma altre proteine alimentari sembrerebbero provocare disturbi simili a quelli della sindrome dell'intestino irritabile come pancia gonfia, dolori addominali, diarrea alternata a stipsi a cui si accompagnano a volte stanchezza, malessere generale, cefalea, difficoltà di concentrazione, eczemi e dolori articolari.

“In un mondo sempre più dominato da mitologie dietetiche fomentate da una informazione ad alto flusso, di facile accesso ma non controllata e non sempre attendibile – sottolinea il professor **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”.

Uno studio presentato di recente a Vienna, alla UEG Week 2016, ha puntato i riflettori sugli inibitori dell'amilasi-tripsina o ATI, che rappresentano il 4% di tutte le proteine del frumento. Secondo gli autori le ATI sarebbero in grado di attivare l'infiammazione a livello dell'intestino, da dove si diffonderebbe poi verso i linfonodi, i reni, la milza e addirittura il cervello.

I pazienti in questo caso non sono celiaci ma presentano sintomi gastrointestinali o altri disturbi molto vaghi come cefalea, difficoltà di concentrazione e senso di testa vuota anche a distanza di pochi minuti dal consumo di cibi contenenti frumento. Per questo oggi a livello internazionale si parla non più e non solo di 'intolleranza al glutine', ma di una generale 'intolleranza al grano'.

Resta però il problema della diagnosi. Mentre per la celiachia i criteri diagnostici sono chiari e ben definiti, per la 'sensibilità al glutine non celiaca' la diagnosi può essere fatta solo per esclusione.

Tendenzialmente gli esperti concordano che, se dopo 6 settimane di dieta priva di glutine, non si osservano miglioramenti nella sintomatologia, la diagnosi di NCGS può essere esclusa con ragionevole certezza. Fino ad oggi anche i protocolli cosiddetti *placebo-gluten challenge* – che consistono nel sottoporre i pazienti ad una dieta priva di glutine per qualche settimana, andando poi a somministrare una compressa di placebo o una contenente glutine per verificare l'eventuale comparsa e l'intensità dei sintomi – hanno dato dei risultati non conclusivi. Infatti molti pazienti hanno registrato un forte effetto *nocebo*. Le persone sottoposte al test, in altre parole, pensando di assumere una compressa di glutine, riferiscono di sentirsi male anche quando hanno assunto in realtà una compressa di placebo.

Mentre per la celiachia l'unica terapia efficace è l'adozione di una dieta gluten free a vita, per la 'sensibilità al glutine non celiaca', non esistendo ad oggi una diagnosi di certezza, non esiste una indicazione chiara sul trattamento da seguire. Molte persone adottano spontaneamente una dieta senza glutine e riferiscono di stare meglio.

- **Parole Chiave**

Celiachia, Intolleranza al glutine non celiaca, Sensibilità al glutine non celiaca