

Venerdì, 28 aprile 2017

Fegato grasso: un italiano su 4 ne soffre.

Allarme fegato grasso

Il fegato grasso è la più comune malattia di fegato nel mondo, un italiano su 4 è affetto da fegato grasso a causa delle cattive abitudini a tavola



Un italiano su 4 con fegato grasso, la causa? le cattive abitudine a tavola

Nel nostro paese siamo in piena "epidemia" da fegato grasso, ovvero da "steatosi epatica non alcolica" (Nafld), una patologia un tempo ritenuta innocua ma che è ormai noto essere un fattore predisponente alle malattie croniche di fegato (fino alla cirrosi) e alle malattie cardiovascolari. A soffrire è infatti un italiano su 4.

Tanti italiani affetti da ‘fegato grasso’ E' necessario fare attenzione alla scelta della dieta”

Un italiano su 4 affetto da "fegato grasso". A lanciare l'allarme è stata la Società italiana di gastroenterologia ed endoscopia digestiva (Sige). Secondo gli esperti, al momento il fegato grasso è la più comune malattia di fegato nel mondo, presente nell'80-90 per cento degli obesi e nel 30-50 per cento dei diabetici.

Un italiano su 4 affetto da "fegato grasso": fegato grasso cause

La causa del fegato grasso è soprattutto una dieta ricca di grassi e di calorie, tipica dei regimi dietetici di tipo "occidentale", che si sono troppo discostati dalle nostre radici alimentari, dal regime dietetico amico della salute per eccellenza, la dieta mediterranea. Negli ultimi anni tuttavia ci si è resi conto che questo effetto negativo delle diete piene di "cibo spazzatura" non è sempre diretto, ma anche mediato da un ospite silenzioso e importantissimo per la salute, il microbiota intestinale.

Fegato grasso: il microbiota intestinale

"Per microbiota intestinale a ha spiegato Ludovico Abenavoli, professore associato di gastroenterologia dell'Università Magna Graecia di Catanzaro a si intendono quei miliardi di batteri localizzati in particolare nel piccolo intestino, che possono raggiungere una massa di 2-3 chili". Il microbiota facilita la digestione e l'assorbimento degli alimenti che passano dallo stomaco nell'intestino. Ma la relazione tra il microbiota e il suo ospite, cioè l'uomo, è "bidirezionale", nel senso che il tipo di alimenti che compongono la dieta abituale di un individuo è in grado di "modellare" la composizione del microbiota.