

ALLARME FEGATO GRASSO IN ITALIA, SOTTO ACCUSA L'ALIMENTAZIONE

Antonio Pilato | 28 aprile 2017 | [Alimenti](#), [News](#)



Le patologie legate al fegato oltre ad essere fastidiose, possono comportare dei problemi importanti nel lungo periodo. Tra quelle più diffuse nel nostro paese si può annoverare sicuramente la steatosi epatica non alcolica, ovvero quella relativa al fegato grasso.

E proprio negli ultimi tempi c'è una vera e propria emergenza in tal senso, tant'è che la Società italiana di gastroenterologia ed endoscopia

digestiva (Sige) ha annunciato che 1 italiano su quattro è affetto da fegato grasso. Stando a delle stime degli esperti del campo, al momento il fegato grasso è la più comune malattia di fegato nel mondo, presente nell'80-90% degli obesi e nel 30-50% dei diabetici.

Tra le cause principali c'è naturalmente il regime alimentare "moderno", ricco di cibi spazzatura e grassi animali, ma povero dei veri principi della dieta mediterranea, da sempre uno dei capisaldi della cultura occidentale.

Secondo stime americane, entro il 2030 il fegato grasso sarà la principale causa di cirrosi e la prima causa di ricorso al trapianto di fegato, superando le epatopatie croniche da virus dell'epatite B e C. Dunque un problema da non sottovalutare e da contrastare in maniera adeguata nel caso di chi è già affetto e da prevenire per chi invece non ne soffre.

Le parole del dottor Ludovico Abenavoli, docente di gastroenterologia dell'Università Magna Graecia di Catanzaro possono essere un buon viatico per non incorrere in rischi futuri: *"La dieta mediterranea bilanciata e facilmente accessibile, non determina quegli squilibri nutritivi. Allo stesso tempo ci consente di far crescere il nostro amico microbiota intestinale che è molto importante, ci accompagna per tutta la vita e ci protegge da una serie di malattie"*.