

Salute/ vero o falso Il professor Carlo Catassi spiega come la celiachia influisca sulla fertilità

Gravidanza difficile? Attenta al glutine

«Un semplice prelievo del sangue rivela la malattia» • «La soluzione è cambiare alimentazione»

Alterazioni nella fertilità non altrimenti spiegabili, aborti ricorrenti senza una specifica causa, parti pre-termine, ridotto peso del neonato alla nascita, diminuzione della durata del periodo di allattamento. Secondo gli esperti, queste potrebbero essere alcune delle conseguenze di una celiachia non ancora diagnosticata o non ancora trattata con una dieta priva di glutine.

La celiachia è un'intolleranza di origine genetica, caratterizzata da una reazione immunitaria a una proteina presente in molti cereali, il glutine, che porta a un'infiammazione cronica a livello dell'intestino con conseguente danno alla mucosa e scomparsa dei villi intestinali.

In Italia, nonostante l'incidenza della celiachia sia stimata intorno a 1 soggetto ogni 100, i casi accertati risultano essere notevolmente inferiori alla stima calcolata. La parola a Carlo Catassi, professore associato di pediatria all'Università Politecnica delle Marche di Ancona.

La diagnosi è facile
FALSO

Spesso, nell'adulto, diagnosticare la malattia celiaca non è semplice perché, oltre ai sintomi classici quali diarrea, dolori addominali e gonfiore intestinale, la celiachia presenta anche dei sintomi "atipici" come anemia, osteopenia, scomparsa delle mestruazioni e alterazioni a carico della sfera riproduttiva.

«Recenti studi clinici», spiega il professor Carlo Catassi, «evidenziano come la malattia celiaca non diagnosticata possa dare luogo ad alterazioni della vita riproduttiva di una donna non solo in termini di durata della vita riproduttiva stessa, ma anche in termini di fertilità e di andamento della gravidanza. Alcuni recenti lavori mostrano una

correlazione tra celiachia non diagnosticata e aumento degli aborti spontanei. Se questo rapporto in una donna sana si aggira intorno al 10 per cento, in una donna celiaca non diagnosticata, e quindi non ancora trattata, tale percentuale può arrivare a raddoppiare. Il dato confortante è che se la donna celiaca segue una dieta "gluten free", il rischio di aborto torna pari a quello di una donna sana».

Per individuargli basta un esame del sangue

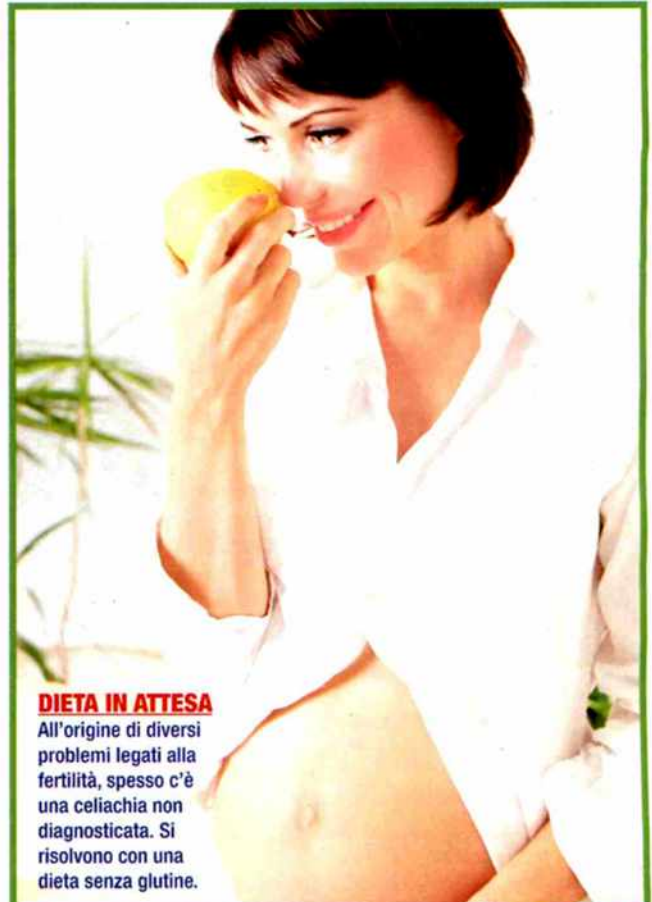
VERO

«È fondamentale pensare alla malattia celiaca e "cercarla" sia di fronte ai sintomi tipici, sia a quelli "atipici"», continua il professor Catassi. «I soggetti celiaci, infatti, presentano nel proprio sangue degli anticorpi che si possono determinare attraverso un semplice prelievo ematico. In caso di positività, occorrerà confermare il sospetto di celiachia mediante un esame istologico dei villi intestinali (la cui morfologia è alterata nei soggetti celiaci), che verrà effettuato tramite una EGD-scopia. È importante sottolineare che è bene iniziare una dieta aglutinata solo dopo gli accertamenti, al fine di non inficiarne i risultati: con la dieta priva di glutine si assiste, infatti, a una progressiva negativizzazione degli anticorpi e a una normalizzazione della mucosa duodenale».

La dieta non serve
FALSO

I problemi legati a un'eventuale infertilità causati dalla celiachia tendono a risolversi con un periodo di dieta aglutinata, che può variare da pochi mesi a qualche anno.

Dietro a queste alterazioni potrebbero esserci deficit nutrizionali: in particolare le carenze possono riguardare alcuni oligoelementi quali zinco e ferro



DIETA IN ATTESA

All'origine di diversi problemi legati alla fertilità, spesso c'è una celiachia non diagnosticata. Si risolvono con una dieta senza glutine.

L'ESPERTO

Il professor Carlo Catassi di Livorno è laureato in Medicina e specializzato in Clinica Pediatrica, Nipiologia, Scienza dell'Alimentazione, Epidemiologia e Biostatistica. È responsabile delle attività assistenziali di Gastroenterologia, Nutrizione e Auxologia nella Clinica Pediatrica di Ancona.



(importanti per la funzionalità ovarica e per il ciclo mestruale), magnesio, calcio, selenio, così come anche l'acido folico, la vitamina B12, la vitamina K (che insieme al ferro svolge un ruolo fondamentale durante l'organogenesi), la vitamina B16 e gli

acidi grassi essenziali omega 3 e omega 6. Non basta reintegrare tali elementi, però, l'unica soluzione rimane una rigorosa dieta priva di glutine, equilibrata e variata, così da permettere la completa ristrutturazione della mucosa intestinale. **V**

di Laura Avalle