



Sensibilità al glutine

Nome patologia e definizione

La sindrome non meglio definita come sensibilità al glutine è una forma transitoria, reversibile e certamente sottostimata di reazione avversa all'ingestione di alimenti contenenti glutine che è emersa dall'evidenza clinica negli ultimi anni. Si manifesta dall'età adolescenziale all'età adulta, mentre è molto rara in età pediatrica. Se il numero di celiaci in Italia è di circa 600.000 casi, secondo alcune stime, i pazienti con sensibilità al glutine possono essere oggi almeno 3 milioni.

Le cause della sottostima sono dovute alla somiglianza dei sintomi di questa forma con quelli della celiachia e dell'intestino irritabile (diarrea, stipsi, o alvo alterno, gonfiore e dolore addominale, dolori articolari, ansia e depressione, annebbiamento mentale, emicrania). Tuttavia, al contrario di ciò che succede nella celiachia e nella sindrome dell'intestino irritabile, tale quadro clinico va in rapida remissione con l'eliminazione totale del glutine dalla dieta e si può addirittura risolvere con periodo più o meno lungo di dieta.

La differenza sostanziale tra celiachia e sensibilità al glutine sta nella risposta immunitaria. Nella sensibilità al glutine, l'immunità innata reagisce all'ingestione del glutine combattendolo direttamente, cioè provocando un'infiammazione a livello dell'apparato digerente e di altre parti dell'organismo. Nella celiachia il glutine è combattuto sia dall'immunità innata sia da quella adattativa, provocando l'atrofia dei villi intestinali e il malassorbimento, che non si riscontrano nei malati con sensibilità.

Linee guida

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3820047/>

<http://www.biomedcentral.com/1741-7015/9/23/abstract>

La diagnosi di sensibilità al glutine è per ora di esclusione, caratterizzata dalla negatività dei test immunologici per l'allergia al grano, dalla negatività per la sierologia tipica per celiachia (anticorpi antiendomisio ed antitransglutaminasi) e da una biopsia intestinale normale o con alterazioni minime.



Obiettivo della dieta

La dieta priva di glutine ha lo scopo di ridurre o eliminare del tutto i sintomi.

Dietoterapia - principi

Di base, prima di pianificare la dietoterapia di questi pazienti, è necessario definire con certezza la diagnosi e valutare eventuali reintegrazioni, sebbene non si verifichino gli stessi problemi da malassorbimento tipici della celiachia.