



intelligo ut credam, credo ut intelligam

INTELLIGONews

quotidiano di informazione indipendente

Intolleranza al glutine e celiachia diversi: attenti ad autodiagnosi e fai da te

25 ottobre 2016 ore 23:59, [Andrea Barcariol](#)

Non solo glutine. Sono sempre di più le potenziali proteine alimentari colpevoli di disturbi simili alla celiachia e all'intestino irritabile. Tra gli "accusati" ci sono anche le proteine del grano. **A preoccupare però sono soprattutto le autodiagnosi di sensibilità al glutine, una moda fuori controllo in alcuni Paesi, come gli Stati Uniti** dove la percentuale di persone che utilizzano una dieta senza glutine è salita dallo 0,52% all'1,69%. Un incremento non sostenuto da un aumento della popolazione colpita da malattie autoimmuni, salita nel frattempo dallo 0,6 allo 0,8%.

Sul banco degli imputati Internet, ormai con un pc in mano tutti diventano esperti. L'allarme è stato lanciato dalla Società italiana Gastroenterologia (Sige) che invita a «rivolgersi sempre allo specialista e a lasciare da parte il 'fai-da-te', che può rivelarsi pericoloso». **«Quando non ci sono gli elementi per far diagnosi di celiachia ma la persona riferisce che i suoi sintomi sono alleviati o scompaiono a dieta senza glutine, questa persona si auto-definisce 'intollerante' al glutine o affetto da 'sensibilità al glutine di tipo non celiaco'»,** spiega Carolina Ciacci, ordinario di Gastroenterologia dell'Università di Salerno. Tra disturbi 'di moda' e problemi reali, molti di quelli che si auto-diagnosticano una 'sensibilità al glutine non celiaca' però possono essere in realtà dei veri celiaci e come tali vanno seguiti da un medico.

In molti, pur non essendo affetto da celiachia, scelgono di rinunciare a mangiare cibi contenenti glutine, per inseguire una moda o anche solo per cattiva informazione. **Uno studio di ricercatori americani condotto su oltre 22mila persone seguite per il National Health and Nutrition Examination Survey dal 2009 al 2014,** ha infatti accertato che la percentuale di pazienti celiaci nella popolazione non sta affatto aumentando. Infatti per le 22mila persone sottoposte ad un test per la celiachia, la prevalenza della malattia è rimasta stabile attorno allo 0,7 per cento.

Ciò nonostante il numero di persone che hanno scelto una dieta gluten-free senza soffrire di celiachia è aumentato dallo 0,5 per cento del 2009-2010 all'1,7 per cento del 2013-2014. **Più che triplicato nell'arco di appena cinque anni. "Le due tendenze**

potrebbero essere in qualche modo legate - dice l'autore, Hyun-seok Kim della Rutgers Medical School del New Jersey - un elevato consumo di glutine è infatti un fattore di rischio noto per lo sviluppo di celiachia, perciò il calo dei consumi potrebbe aver portato al raggiungimento di una sorta di plateau di casi".