

**NOTA BENE: QUESTO COMUNICATO STAMPA È SOTTO EMBARGO FINO A LUNEDÌ 10 MARZO 2014**

## **COMUNICATO STAMPA**

### **SII e meteorismo: quando il microbiota intestinale si squilibra**

**(10 marzo 2014)** La sindrome dell'intestino irritabile (SII) fa parte delle malattie più diffuse nei Paesi occidentali e causa fino al sessanta per cento del carico di lavoro dei medici specializzati in gastroenterologia. Uno dei sintomi più frequenti della SII è il meteorismo, che riduce in maniera considerevole la qualità della vita in quanto i pazienti lo percepiscono come particolarmente inopportuno. Per molto tempo si è creduto che la SII fosse una condizione innanzitutto psicologica.

**“Contrariamente a questo punto di vista, i risultati delle ultime ricerche suggeriscono che la SII è legata ad alterazioni del microbiota intestinale chiaramente individuabili. Il meteorismo può inoltre essere correlato a particolari tipi di dieta, e questo apre la strada a promettenti ricerche per una gestione efficiente della malattia,” dice il Professor Giovanni Barbara (Università di Bologna, Italia). Questo è uno dei temi presentati al Vertice mondiale sul Microbiota intestinale per la Salute a Miami, USA. Nei giorni 8–9 marzo 2014 i maggiori esperti a livello internazionale hanno discusso gli ultimi passi avanti nella ricerca sul microbiota intestinale e il suo impatto sulla salute.**

La SII è uno dei disturbi gastrointestinali più comuni e provoca vari sintomi fra cui dolore addominale, movimenti intestinali che causano disagio e, in quasi tutti i pazienti, il meteorismo. La SII colpisce fino al 20 per cento della popolazione dei Paesi occidentali. Questa condizione rappresenta fino al 10 per cento del carico di lavoro dei medici di famiglia e fino al 60 per cento di quello dei medici specializzati in gastroenterologia. Nella gamma dei disturbi da SII, il meteorismo è quello che infastidisce di più i pazienti.

#### **Una condizione che trova le sue basi nel microbiota**

Per molto tempo non solo il meteorismo, ma anche la SII in generale sono stati spesso percepiti come una condizione principalmente psicologica che colpiva di più i pazienti giovani, in prevalenza di sesso femminile e ansiosi senza anomalie individuabili nel loro intestino. Di conseguenza la responsabilità della malattia è stata spesso attribuita a un disturbo immaginario, e il trattamento era lungi dall'essere soddisfacente.

**“Grazie a nuovi aspetti diagnostici e alle conoscenze in rapida crescita del ruolo e della funzione delle comunità microbiche che vivono all'interno del nostro intestino, il nostro punto di vista sulla SII e sulle sue cause è cambiato considerevolmente”, dice il Prof. Barbara, Presidente della Società europea di Neuro-gastroenterologia e Motilità (ESNM). A suo parere ci sono molte evidenze che dimostrano che la SII è associata a una composizione squilibrata del microbiota intestinale. Ciò significa che il sistema di controlli**

ed equilibri fra i batteri benefici e quelli potenzialmente dannosi, che caratterizza un microbiota intestinale sano, è disturbato nei pazienti con SII.

“Probabilmente il miglior esempio di questa interazione è la scoperta che i sintomi della SII si sviluppano in fino al 10 per cento dei pazienti in precedenza sani dopo un singolo episodio di gastroenterite causato da un’infezione da patogeni batterici quali *Salmonella*, *Shigella* o *Campylobacter*, che possono recare severi disturbi all’equilibrio del microbiota”, dice il Prof. Barbara. Un altro problema risulta dal fatto che non solo le infezioni, ma anche gli antibiotici usati come rimedio possono aumentare il rischio di SII in quanto anch’essi possono alterare negativamente il microbiota intestinale.

### La chiave è l’alimentazione

Un altro fattore importante è l’alimentazione. Il cibo ricco di carboidrati, in particolare di fibre, tende a produrre maggiori quantità di gas rispetto a una dieta priva di questi ingredienti. In alcuni individui questo può portare a meteorismo e flatulenza ripetuti. L’impatto potenzialmente negativo di questo tipo di alimentazione vale in particolare per gli individui che già soffrono di SII. Recenti studi dimostrano che tale dieta “flatulogena” (ad esempio pane, cereali, torte e pasticcini fatti con farina di frumento integrale, e fagioli, soia, grano, piselli, cavolini di Bruxelles, cavolfiori, broccoli, cavoli, sedano, cipolle, porro, aglio, carciofi, fichi, pesche, uva e prugne) induce profondi cambiamenti nel microbiota dei pazienti con SII, prolungando e aumentando così i sintomi. Tuttavia, allo stesso tempo il microbiota intestinale nei soggetti sani restava stabile e non risentiva di questo tipo di dieta.<sup>1</sup>

“D’altro canto, ora sappiamo per certo che le diete a basso contenuto di fibre migliorano significativamente questi sintomi. I risultati delle ultime ricerche suggeriscono che, rispetto a una normale dieta occidentale, una dieta povera dei cosiddetti FODMAP (oligosaccaridi, disaccaridi, monosaccaridi fermentabili e polioli) riduce i sintomi della SII inclusi il meteorismo, il dolore e il passaggio di aria,” dice il Prof. Barbara.

Un’altra osservazione interessante su cui si è soffermato il Prof. Barbara è che i pazienti con SII che hanno vari sintomi intestinali evidenti manifestano anche cambiamenti più profondi nel loro microbiota intestinale rispetto ad altri pazienti la cui fisiologia intestinale è meno disturbata, ma si combina invece con disturbi dell’umore. Questo suggerisce che i disturbi del secondo gruppo sono più di origine sociale e connessi all’umore, mentre la condizione dei pazienti appartenenti al primo gruppo è in predominanza su basi fisiologiche – SII propriamente parlando, per così dire.

Quali ulteriori sviluppi possono aspettarsi medici e pazienti? “È sorprendente vedere con quanta rapidità la ricerca sul microbiota intestinale si è guadagnata un posto centrale nella gastroenterologia nel corso degli ultimi anni”, dice il Prof. Barbara. “Questo si deve al suo ruolo cruciale non solo per la SII, ma anche per la salute gastrointestinale in generale. Per migliorare ulteriormente la diagnosi e il trattamento dobbiamo identificare ancor più le varie funzioni dei batteri intestinali. Riguardo le applicazioni cliniche, le funzioni dei batteri sono anche più importanti dei tipi di batteri.”

Le comunità microbiche che risiedono nell’intestino umano e il loro impatto sulla salute e le malattie dell’uomo sono una delle aree nuove e più entusiasmanti della ricerca di oggi. Per discutere i progressi più recenti in questo campo in rapido sviluppo, scienziati e



professionisti dell'assistenza sanitaria provenienti da tutto il mondo si sono riuniti al Vertice mondiale sul Microbiota intestinale per la Salute a Miami, Florida, USA, nei giorni 8-9 marzo 2014. Il convegno è stato ospitato dalla Sezione Microbiota intestinale & Salute della Società europea di Neuro-gastroenterologia e Motilità (ESNM) e dall'Associazione Gastroenterologica Americana (AGA) con il supporto di Danone.

(1) Manichanh C, Eck A, Varela E, Roca J, Clemente JC, Gonzalez A, et al. Anal gas evacuation and colonic microbiota in patients with flatulence: effect of diet. Gut. 2013 Jun 13. PubMed PMID: 23766444. Epub 2013/06/15. Eng.

### **Informazioni sul sito web di scambio tra esperti Gut Microbiota For Health**

La piattaforma di scambio tra esperti [www.gutmicrobiotaforhealth.com](http://www.gutmicrobiotaforhealth.com) della Sezione Gut Microbiota & Health dell'ESNM è una piattaforma online per professionisti sanitari, scienziati ed altre persone interessate a questo campo. Poiché si tratta di un mezzo aperto, indipendente e partecipatorio, questo servizio digitale consente un dibattito scientifico nell'ambito dei microbioti intestinali.

Connesso al sito [www.gutmicrobiotaforhealth.com](http://www.gutmicrobiotaforhealth.com), l'account Twitter @GMFHx, gestito da esperti, per esperti delle comunità medica e scientifica, contribuisce attivamente agli scambi online sui microbioti intestinali.

**Seguite @GMFHx su Twitter. È possibile accedere alla copertura dell'evento su Twitter usando #GMFH2014.**

### **Informazioni sulla Sezione Gut Microbiota & Health dell'ESNM**

ESNM sta per European Society of Neurogastroenterology and Motility, un'associazione facente parte dell'UEG (United European Gastroenterology). La missione dell'ESNM è la difesa degli interessi di tutti i professionisti europei coinvolti nello studio di neurobiologia e patofisiologia della funzionalità gastrointestinale. La Sezione Gut Microbiota & Health è stata creata per accrescere il riconoscimento dei collegamenti tra microbioti intestinali e salute umana, diffondere la conoscenza ed accrescere l'interesse per questo tema. La Sezione Gut Microbiota & Health è dedicata a professionisti, ricercatori e medici di tutte le specialità relative ai microbioti intestinali e alla salute.

[www.esnm.eu/gut\\_health/gut\\_micro\\_health.php?navId=68](http://www.esnm.eu/gut_health/gut_micro_health.php?navId=68)

### **Informazioni sull'AGA**

L'American Gastroenterological Association è la voce fidata della comunità gastroenterologica. Fondata nel 1897, l'AGA è cresciuta fino ad annoverare più di 16.000 membri provenienti da tutto il mondo e coinvolti in tutti gli aspetti di scienza, studio e progressi in campo gastroenterologico. L'istituto AGA gestisce studio, ricerca e programmi formativi dell'organizzazione. [www.gastro.org](http://www.gastro.org)

### **Informazioni su Danone e Gut Microbiota For Health**

Danone crede fermamente che l'alimentazione svolga un ruolo essenziale per la salute umana mediante l'impatto che i microbioti intestinali possono avere sulla salute. Questa è la ragione per cui Danone sostiene il summit mondiale "Gut Microbiota For Health" e la piattaforma web di scambio tra esperti, allo scopo di incoraggiare la ricerca ed aumentare la conoscenza in quest'area promettente, in linea con la propria missione di "portare salute al maggior numero di persone possibile attraverso l'alimentazione".

[www.danone.com](http://www.danone.com)

### **Contatto stampa:**

impresum health & science communication

Robin Jeganathan, Frank von Spee,

Email: [gutmicrobiota@impresum.de](mailto:gutmicrobiota@impresum.de)

Tel: +49 (0)40 - 31 78 64 10

Fax: +49 (0)40 - 31 78 64 64