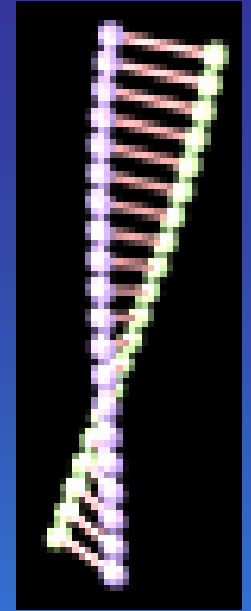


LA CELIACHIA

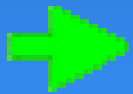


**E' definita come'' Intolleranza al
Glutine Geneticamente Determinata''.**

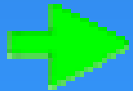


**E' una patologia multifattoriale,
legata principalmente a due fattori:**

Predisposizione genetica, fattore intrinseco al paziente



Presenza nella dieta di una proteina: IL GLUTINE,
fattore esogeno o meglio ambientale.



CARATTERISTICHE DELLA CELIACHIA

- Intolleranza al GLUTINE
- Si manifesta con ritardo nella crescita, diarrea frequente, dolori addominali, appiattimento della mucosa intestinale
- Si diagnostica tramite il dosaggio di alcuni parametri sierici: EMA – tTG – AGA
- L'unica cura è l'eliminazione a vita dalla dieta di alimenti contenente glutine

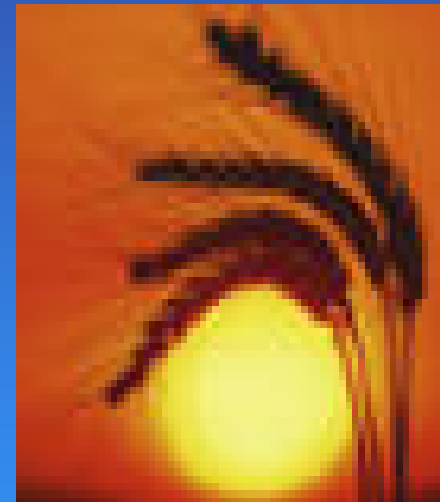
ALIMENTI CHE CONTENGONO GLUTINE



- FRUMENTO
 - ORZO
 - FARRO
 - AVENA

IN PRATICA

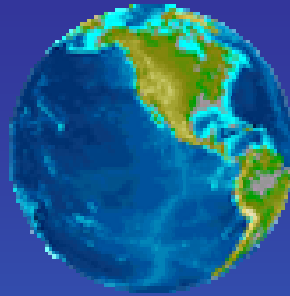
- PASTA – PIZZA – PANE –
BISCOTTI – FETTE
BISCOTTATE – PASTA
SFOGLIA E FROLLA –
GNOCCHI – DOLCI DA
FORNO – DOLCI – CREMA –
BESCIAMELLA – SALSE
VARIE – CEREALI IN
FIOCCHI – CIBI IMPANATI –
BIRRA – ALCUNI TIPI DI
VODKA – CARAMELLE –
SMARTIES – LIQUERIZIA –
MERENDINE – ORZO E
BEVANDE ALL'ORZO –
WURSTELL – FORMAGGINI
– YOGURT ALLA FRUTTA



In particolare la frazione tossica del glutine è rappresentata dalla sua componente alcool solubile:

LA GLIADINA

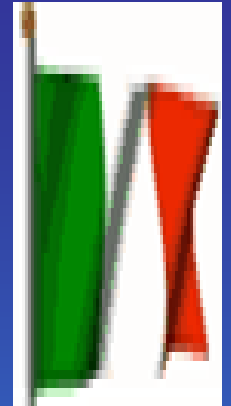




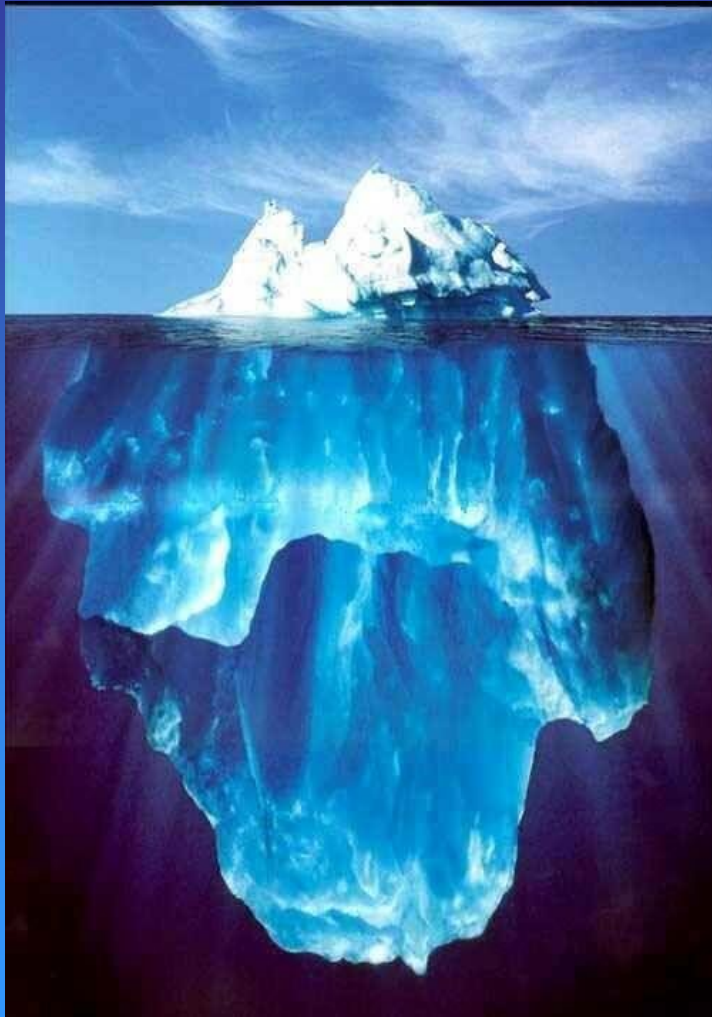
In passato si credeva che solo i popoli europei potessero sviluppare intolleranza al glutine, infatti capelli biondi ed occhi azzurri venivano descritti come caratteri tipici dei bambini celiaci. Questo quadro sta rapidamente cambiando grazie anche alle nuove tecniche di diagnosi.

E' stata messa in evidenza una insospettata frequenza di celiachia anche in Paesi quali l'Africa del Nord, il Medio Oriente e l'India.

E' possibile che questi mutamenti dipendano anche dai cambiamenti dei modelli alimentari imposti dalla globalizzazione dei mercati alimentari.



**IN ITALIA UNO SCREENING
SIEROLOGICO ESEGUITO NELLE
MARCHE HA DIMOSTRATO UNA
PREVALENZA DI SOGGETTI
CELIACI PARI A 1: 184**



Questi dati risultano, sicuramente, interessanti ma è probabile che questa patologia non venga ancora considerata secondo le sue reali proporzioni.

Tuttavia la maggiore consapevolezza della classe medica ed il continuo migliorare delle tecniche diagnostiche stanno facendo aumentare il numero delle diagnosi tanto da far supporre che i dati, ad oggi, in nostro possesso, rappresentino solo **la punta emergente di un iceberg**

DIAGNOSI



Per porre diagnosi di celiachia si seguono due diverse strade :

➔ **Tecniche non invasive**

➔ **Tecniche invasive**



Le tecniche non invasive sono rappresentate dalla diagnostica di laboratorio



Dosaggio delle **AGA** (anticorpi **Antigliadina** IgA ed IgG), **EMA** (anticorpi **Antiendomizio** IgA), altro test più recente è il **tGT** dosaggio degli anticorpi di

classe IgA: gli anticorpi **Antitransglutaminasi**.



Altro esame estremamente utile che si basa sull'analisi, nell'aria espirata, dei gas prodotti dal metabolismo intestinale da parte della flora batterica:

H₂ BREATH TEST

Il Breath test è molto importante perché nella malattia celiaca si ha il malassorbimento dei carboidrati dovuto alla riduzione della superficie assorbente.

Vengono utilizzati, principalmente due tipi di breath test:

Utilizza come substrato un polialcool : il sorbitolo che, nei pazienti celiaci, a dieta libera non viene assorbito.

Test al lattosio che studia la capacità dell'intestino di assorbire il lattosio, perché avvenga ciò il lattosio ha bisogno di un enzima che lo idrolizza (disaccaridasi) e che si trova proprio sui villi intestinali



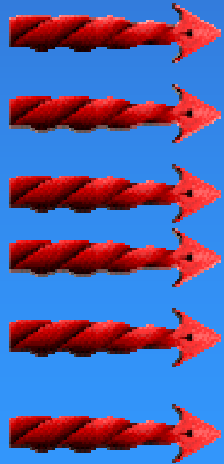
Le tecniche invasive sono rappresentate da esami strumentali:

EGDS

E' la metodica attualmente più usata per ottenere delle biopsie, che di solito sono multiple, a livello della seconda o terza porzione del duodeno.

Soltanto la biopsia intestinale ci permette di dimostrare, attraverso l'esame istologico, la presenza delle lesioni intestinali che sono alla base della definizione di malattia celiaca

PATOLOGIE ASSOCIATE



Diabete mellito insulino dipendente

Tiroiditi autoimmuni

Artrite reumatoide giovanile

Epilessia

Dermatite erpetiforme

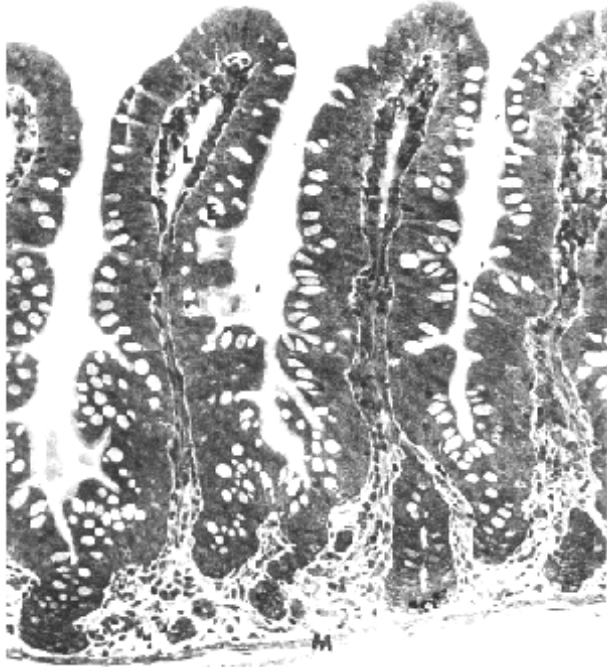
Anemia emolitica autoimmune

SINTOMI E SEGNI

I VILLI INTESTINALI:

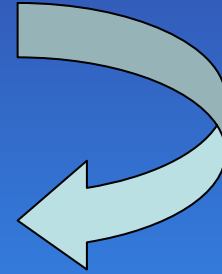
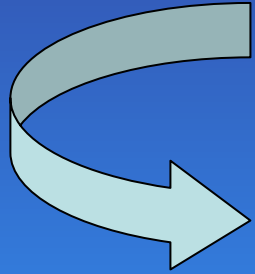
Sottili filamenti situati nell'intestino tenue deputati ad aumentare la superficie di assimilazione del tubo digerente.

Il danno subito dai villi porta quindi ad una riduzione di tale superficie e ad un conseguente malassorbimento di nutrienti



VILLI
INTESTINALI

SINTOMI E SEGNI



**SINTOMI
INTESTINALI**

**SINTOMI
EXTRAINTESTINALI**

SINTOMI GASTROINTESTINALI

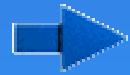


Diarrea cronica con steatorrea

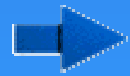
(perdita di grassi non assorbiti con le feci)



Dolori addominali, epigastralgia e dispepsia



Meteorismo



Vomito



Spasmi addominali

SINTOMI EXTRAIESTINALI



- ➔ Anemia da carenza di ferro, di acido folico e/o vit. B12
- ➔ Aumento delle transaminasi
- ➔ Osteoporosi
- ➔ Infertilità / aborti
- ➔ Disturbi neurologici
- ➔ Crampi
- ➔ Ritardo della crescita (nei bambini)
- ➔ Secchezza delle mucose

E dopo la diagnosi cosa succede?

DISORIENTAMENTO, STUPORE

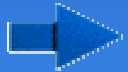
➡ Si percepisce, per la prima volta, l'esistenza di una malattia poco nota che interessa in prima persona

➡ La paura di dover cambiare la propria alimentazione

➡ La diversa mentalità nell'acquisto degli alimenti

E dopo la diagnosi cosa succede?

NUOVE ABITUDINI.....



Bisogna seguire delle regole per la fornitura dei prodotti in farmacia



Bisogna porre attenzione nella preparazione giornaliera dei pasti

COME SI VIVONO LE NUOVE ABITUDINI?

- ➡ Con ansia , apprensione, timore
- ➡ Con attenzione, rigore ed, in fine, con serenità

E DAL PUNTO DI VISTA LEGISLATIVO ?

LEGGI NAZIONALI IN VIGORE

Erogazione dei prodotti dietetici:

decreto 8/6/2001 assistenza sanitaria integrativa relativa ai prodotti destinati ad una alimentazione particolare

Esenzione dal servizio militare:

Gazzetta Ufficiale 14/4/1999

Decreto 26/3/1999 del Ministero della Difesa

LA CELIACHIA

E DAL PUNTO DI VISTA LEGISLATIVO ?

Erogazione prodotti dietetici previa certificazione, annuale, da parte dell'ente ospedaliero:

Pane e suoi sostituti

Pasta (ad eccezione di quelle pronte)

Farine

Dolci

LA CELIACHIA

E DAL PUNTO DI VISTA LEGISLATIVO ?

TETTO DI SPESA MENSILE EROGATO, GRATUITAMENTE,
DALLE ASL :

Età : da 6 mesi ad un anno (M/F) circa 44 euro

Età : da un anno a tre anni e mezzo (M/F) circa 62 euro

Età : da tre anni e mezzo fino a dieci anni (M/F) circa 94 euro

Età : adulti (M) circa 140 euro , (F) circa 98 euro.

LA CELIACHIA

E DAL PUNTO DI VISTA LEGISLATIVO ?

COME RICONOSCERE I PRODOTTI PER CELIACI ?

Prodotti notificati dalla legge 111/92:

Pane, farina, pasta, pizza, semolino, biscotti, grissini
crakers, focacce, taralli, gallette, dolci, dessert, prodotti
surgelati impanati, prodotti a base di carne o pesce impanati

Possono riportare la scritta:

SENZA GLUTINE

PER CELIACI

LA CELIACHIA

E DAL PUNTO DI VISTA LEGISLATIVO ?

COME RICONOSCERE I PRODOTTI PER CELIACI ?

Prodotti con il marchio della spiga sbarrata:

Solo se notificati dal Ministero possono riportare la scritta

SENZA GLUTINE

Per CELIACI

LA CELIACHIA

E DAL PUNTO DI VISTA LEGISLATIVO ?

COME RICONOSCERE I PRODOTTI PER CELIACI ?

SALUMI ED INSACCATI

Possono utilizzare la scritta:

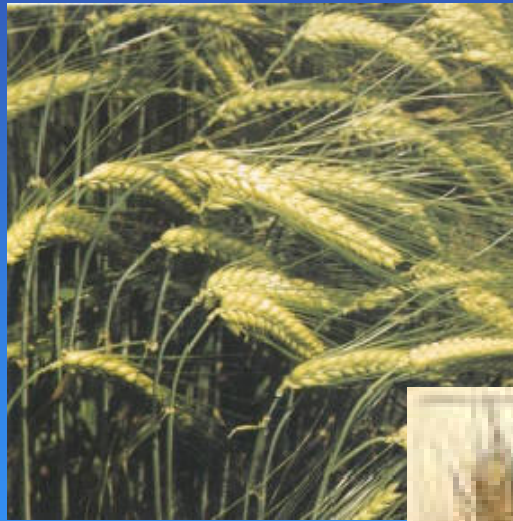
NON CONTIENE GLUTINE

Non possono riportare la scritta :

SENZA GLUTINE

Per CELIACI

Glutine



Orzo



Farro



Frumento



Segale

Il glutine non è presente

RISO



MAIS



MIGLIO



LEGUMI



SESAMO



LA CELIACHIA

LA CONTAMINAZIONE : cosa non si deve fare ;
il glutine può essere nascosto

▶ Infarinare gli alimenti con farine vietate

▶ Aggiungere farine vietate in salse e sughi

▶ Utilizzare l'acqua di cottura della pasta comune

▶ Contaminare il cibo con le mani o con utensili infarinati

▶ Appoggiare il cibo direttamente su superfici contaminate

▶ Utilizzare l'olio di frittura già usato per alimenti infarinati o impanati

▶ Preparare il caffè con la stessa macchina con cui si è preparato il caffè d'orzo

▶ Acquistare prodotti dalla dubbia composizione

LA CELIACHIA

LA CONTAMINAZIONE : cosa si deve fare

- ➔ Lavare accuratamente le mani e le superfici sporche di farina
- ➔ Lavare le stoviglie e gli utensili usati per preparazioni contenenti glutine
- ➔ Usare fogli o teglie in alluminio su piastre o superfici contaminate
- ➔ Non mescolare con le stesse posate utilizzate per cotture di alimenti con glutine
- ➔ Lavare bene il colapasta dopo averlo utilizzato per la pasta normale

LA CELIACHIA

LA CONTAMINAZIONE

**La celiachia NON è una malattia
infettiva e NON è un virus**

Non toccare il rubinetto o la maniglia del frigorifero!

Potrebbero essere contaminate!

Cambia la tovaglia ad ogni pasto!

Potrebbe essere contaminata!

E' meglio farlo mangiare a tavola da solo!

Non mando il bimbo alla scuola materna, non lo controlla nessuno!

Non bere dallo stesso bicchiere di tua sorella,
ha appena mangiato un panino

LA CELIACHIA



A CHI RIVOLGERSI

E' sempre opportuno rivolgersi a personale medico specializzato ma è presente in Italia un'associazione, di notevole importanza che si occupa di celiachia:

ASSOCIAZIONE ITALIANA CELIACHIA (AIC)

Da anni si occupa della formulazione di un prontuario in cui compaiono gli alimenti permessi, a rischio, vietati e certificati dalle Aziende produttrici.

Sono le industrie che garantiscono l'assenza di glutine dai loro prodotti. Il prontuario è in continuo aggiornamento, le notizie sono pubblicate sulla rivista "Celiachia Notizie" o sul sito " www.celiachia.it " .

Anche i farmaci possono contenere tracce di glutine, sempre l'AIC fornisce un prontuario con i medicinali non a rischio

LA CELIACHIA



Quali sono le finalità e le attività dell'AIC

- ➔ Promuovere l'assistenza ,l'istruzione alle persone celiache ed alle loro famiglie
- ➔ Promuovere la ricerca scientifica
- ➔ Diffondere informazione nella classe medica e paramedica
- ➔ Sensibilizzare le strutture politiche, amministrative e sanitarie per migliorare l'assistenza

LA CELIACHIA



Quali sono le finalità e le attività dell'AIC

 Sensibilizzare le aziende produttrici e distributrici ad evidenziare sulle confezioni la totale assenza di glutine

 Sensibilizzare le aziende farmaceutiche ad evidenziare sulle confezioni la totale assenza di glutine

 Diffondere la conoscenza della celiachia, attraverso i media, per migliorare la vita dei pazienti celiaci

LA CELIACHIA

L'ALTERNATIVA AGLI ALIMENTI CONTENENTI GLUTINE

Da più di 40 anni ci sono aziende specializzate nella produzione di prodotti (pane, pasta, farine, dolci ecc...) privi di glutine.

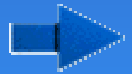
Sono prodotti che, per fortuna, oggi si possono reperire non più solo in farmacia ma anche in vari centri di distribuzione (supermercati).



LA CELIACHIA

RACCOMANDAZIONI DIETETICHE

LA DIETA DEVE ESSERE:



Ipercalorica



Deve prevedere integrazioni di Ca, vitamina D e Fe



Deve essere, inizialmente, ridotta in lattosio e lipidi

LA CELIACHIA

RACCOMANDAZIONI DIETETICHE

Le nuove abitudini alimentari dovranno comprendere :

- ➡ Maggiore utilizzo di legumi
 - ➡ Massima variabilità nell'utilizzo di cereali e tuberi permessi
 - ➡ Buon apporto di fibra (frutta e verdura)
 - ➡ Moderato uso di dolci (spesso troppo ricchi di grassi)
 - ➡ Buon apporto di latte e derivati
 - ➡ Preferenza per i grassi vegetali
 - ➡ Aumento del consumo di pesce
- ➡ **VARIARE LA DIETA IL PIU' POSSIBILE**

LA CELIACHIA

RACCOMANDAZIONI DIETETICHE

Esiste una grande varietà di cibi senza glutine, bisogna saperli abbinare sfruttando la propria fantasia e le proprie conoscenze in campo culinario così da ottenere che la dieta sia:

- ➡ **Nutrizionalmente equilibrata**
- ➡ **Con una palatabilità tale da renderla piacevole per tutta la famiglia**

CONCLUSIONI

L'alimentazione può diventare un momento di educazione alimentare per tutti i componenti della famiglia, anche se non celiaci, ma che frequentemente sono a rischio per altre patologie derivanti da disordini nutrizionali :
dislipidemia, obesità, diabete, ipertensione arteriosa, iperuricemia ecc...