
L'URLO DEI GASTROENTEROLOGI ITALIANI: NO ALLE DIETE "SENZA"! RISCOPRIAMO LA DIETA MEDITERRANEA

Bari 22 Novembre - "Corso Nazionale AIGO 2019"



Oltre 200 gastroenterologi a confronto per il "Corso Nazionale AIGO 2019" (Associazione Italiana Gastroenterologi ed endoscopisti Ospedalieri), inaugurato ieri a Bari e che terminerà domani, sabato 23 novembre, focalizzato sulla terapia delle malattie dell'apparato digerente.

“ Quando in gastroenterologia parliamo di terapia, mettiamo in campo un percorso a più livelli di cui il gastroenterologo diventa il regista irrinunciabile: un approccio farmacologico ovviamente, ma anche interventistico – chirurgico ed endoscopico; non ultimo un approccio nutrizionale e sullo stile di vita.” ha sottolineato il Direttore del Corso Dr. **Gioacchino Leandro**.

A questo proposito i vari docenti del corso hanno confermato la superiorità della dieta mediterranea su tutte le diete specifiche proposte nelle varie situazioni cliniche.

“ Lo stile di vita mediterraneo resta il modello ideale da perseguire” continua Leandro – *“ Le relazioni di questo corso hanno confermato alcuni aspetti interessanti: la dieta mediterranea è ricca di alimenti ad azione prebiotica e di fibre solubili quali l’inulina, metabolizzata dal probiotico con produzione di butirrato, sostanza anti-infiammatoria. Molte diete “senza” tendono ad escludere cibi contenenti inulina con conseguente sviluppo con il tempo di un pattern infiammatorio e sono quindi da evitare.*

Numerosi recenti trial (primo fra tutti lo studio “PROMED”) hanno dimostrato che l’aderenza alla piramide alimentare per cinque anni si associa alla normalizzazione del microbiota intestinale, e alla metilazione di geni che controllano l’infiammazione.

Da qui nasce il nostro grido per la necessità di riscoprire la dieta mediterranea, dichiarata Patrimonio dell’Umanità dall’Unesco, nostro vanto – ma che stiamo ahimè perdendo.

Tale modello alimentare - con dovuti accorgimenti (ad esempio l’utilizzo di estrattori di succo) – è superiore a tutti gli altri anche in certe situazioni in cui l’elevato apporto di fibre potrebbe renderne problematico l’uso, come le malattie infiammatorie croniche intestinali in fase di riacutizzazione clinica, o la malattia diverticolare.

Uno studio randomizzato condotto su popolazione australiana e pubblicato su BMC Gastroenterology ha infine dimostrato come la dieta mediterranea sia il miglior approccio nutrizionale nei pazienti con sindrome metabolica e steatoepatite (fegato grasso), superiore addirittura ad un regime dietetico low fat.

“La numerosa e attiva partecipazione al nostro Corso Nazionale, da sempre uno degli appuntamenti annuali più importanti, conferma il grande fascino che la Gastroenterologia esercita sui vari protagonisti della Sanità: dallo studente al paziente, dallo specialista allo scienziato e all’informatico. Ciò grazie alle variegate azioni che la caratterizzano: clinica, ricerca, tecnica endoscopica, innovazione, prevenzione e terapia” ha commentato il **Presidente Nazionale AIGO Dr. Giuseppe Milazzo** . *“ Siamo orgogliosi dei dati oggettivi forniti direttamente dal Ministero della Salute (Libro Azzurro), che attestano il notevole*

risparmio che il gastroenterologo garantisce in termini di risorse economiche e, fine più nobile, di vite umane. Dobbiamo tuttavia ancora una volta denunciare con altrettanta forza la scarsa attenzione che le Istituzioni dedicano alla nostra disciplina, mancando tutt'oggi il cambio di passo, indispensabile ed auspicabile, verso una redistribuzione saggia ed appropriata delle pur limitate risorse.”

Ufficio stampa
Mediamover
340 2893068
