

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

IMPATTO MULTIDIMENSIONALE DELLA DIETA MEDITERRANEA SUI PAZIENTI CON MALATTIE INTESTINALI CRONICHE INFIAMMATORIE

La malnutrizione con l'accumulo di tessuto adiposo e la malattia del fegato grasso non alcolica (NAFLD) sono condizioni associate alla malattia infiammatoria intestinale (IBD). Il grasso viscerale e la disfunzione epatica correlata al NAFLD possono entrambi peggiorare l'infiammazione intestinale. Poiché la dieta mediterranea (Md) ha dimostrato di migliorare sia l'obesità che la NAFLD, lo scopo di questo studio era di analizzare l'impatto della Md sullo stato nutrizionale, sulla steatosi epatica, sull'attività clinica delle malattie e sulla qualità della vita (QoL) nell'IBD pazienti. I pazienti con IBD, sia la malattia di Crohn (CD) che la colite ulcerosa (UC), hanno seguito Md per 6 mesi. Il loro indice di massa corporea (BMI), composizione del tessuto corporeo, steatosi epatica e funzione, profilo lipidico sierico, attività clinica della malattia e biomarcatori infiammatori (proteina C-reattiva e calprotectina fecale) sono stati raccolti al basale (T0) e confrontati con quelli ottenuti dopo 6 mesi (T180) per valutare l'impatto di Md. Centoquarantadue pazienti con IBD, 84 UC e 58 CD, hanno seguito Md per 6 mesi. A T180, CD e UC aderenti alla dieta hanno migliorato l'IMC (UC -0,42, $P = 0,002$; CD -0,48, $P = 0,032$) e la circonferenza della vita (UC -1,25 cm, $P = 0,037$; CD -1,37 cm, $P = 0,041$). Inoltre, il numero di pazienti affetti da steatosi epatica di qualsiasi grado era significativamente ridotto in entrambi i gruppi (UC T0 31 dell'84 [36,9%] vs T180 18 dell'84 [21,4%], $P = 0,0016$; CD T0 27 di 58 [46,6 %] vs T180 18 su 58 [31,0%], $P < 0,001$) dopo l'intervento dietetico. Infine, dopo 6 mesi di dieta, un minor numero di pazienti con CU e MC con terapia stabile presentava una malattia attiva (UC T0 14 su 59 [23,7%] vs T180 4 su 59 [6,8%], $P = 0,004$; CD T0 9 su 51 [17,6%] vs T180 2 di 51 [3,0%], $P = 0,011$) e biomarcatori infiammatori elevati. La dieta mediterranea ha migliorato il QoL sia in UC che in CD, ma né il profilo lipidico sierico né la funzionalità epatica sono stati modificati dalla dieta. In conclusione una significativa riduzione dei parametri correlati alla malnutrizione e della steatosi epatica è stata osservata in entrambi i pazienti con CD e UC dopo un intervento dietetico a breve termine basato sull'adozione di Md, e questo è stato associato a un miglioramento spontaneo dell'attività della malattia e dei marker infiammatori.

Fonte: F Chicco, S Magrì, A. Cingolani, D Paduano, M Pesenti, F Zara, F Tumbarello, E Urru, A Melis, L Casula, MC Fantini, P Usai "Multidimensional Impact of Mediterranean Diet on IBD Patients" *Inflamm Bowel Dis* 2020 doi: 10.1093/ibd/izaa097. Online ahead of print