

CELIACHIA , CONOSCIAMOLA

Che cos'è la Celiachia ?

La celiachia è un'intolleranza permanente al glutine. Il glutine è il fattore scatenante della malattia celiaca. È la componente proteica che si trova nel frumento (quello che comunemente è chiamato "grano") ed in altri cereali, ad esempio farro, orzo, segale, avena, kamut (grano egiziano), spelta, triticale, bulgur (grano cotto), malto, greunkern (grano greco) e seitan (alimento ricavato dal glutine).

La celiachia è una patologia autoimmune ed è anche chiamata morbo celiaco, enteropatia immuno-mediata, sprue celiaca o enteropatia glutine-sensibile. "Enteropatia" significa malattia dell'intestino. È infatti l'intestino del celiaco che non riesce ad assimilare il glutine, che quindi viene considerato un agente tossico.

Il glutine in realtà non è presente nel chicco del cereale o nella farina, ma si forma solo in seguito all'aggiunta di acqua e alla formazione dell'impasto.

Eliminare il glutine dalla propria dieta permette al celiaco di condurre una vita serena ed in salute. La dieta priva di glutine è infatti l'unica terapia possibile.

È questa l'unica cura della celiachia.

Cosa succede ingerendo glutine?

Nel celiaco ingerire glutine attiva in maniera anomala il sistema immunitario che risponde rifiutando il glutine e danneggiando quindi l'intestino.

Le pareti dell'intestino (ossia la mucosa) sono formate da miliardi di villi, piccole strutture sottili e allungate che formano tra di loro delle anse. Questa particolare conformazione permette l'assorbimento delle sostanze nutritive.

Nei celiaci la reazione della mucosa intestinale appiattisce queste anse e causa quindi malassorbimento. Si dice infatti che i villi si "atrofizzano", ossia la mucosa si appiattisce e non fa più il suo lavoro di assimilazione dei nutrienti (ferro e altri minerali, vitamine, zuccheri, proteine, grassi, etc).

La celiachia non è causata esclusivamente dal glutine, ossia dal fattore ambientale, ma anche da alcuni fattori genetici.

La celiachia è infatti una delle malattie genetiche più frequenti. In particolare il complesso HLA-DQ2 e HLA-DQ8 è fortemente associato alla malattia celiaca. Questo NON significa che chi possiede questi geni è necessariamente celiaco, ma semplicemente ha la predisposizione a sviluppare la celiachia.

Come funziona la diagnosi della Celiachia

Analisi del sangue e biopsia intestinale. Sono questi i due passaggi che portano il gastroenterologo, il pediatra od il medico di famiglia all'accertamento della presenza della celiachia.

Tendenzialmente quando si sospetta celiachia, si cerca attraverso le analisi del sangue la presenza di anticorpi anti-transglutaminasi (Ac anti-tTG), anticorpi anti-gliadina (AGA), anticorpi anti-endomisio (EMA). La ricerca degli anti-transglutaminasi tissutale (tTG) si può effettuare nella saliva. Questo tipo di indagine, essendo poco invasiva, è molto indicata nei bimbi.

La biopsia intestinale, il secondo passaggio della diagnosi, è però indispensabile per l'accertamento dello stadio della malattia celiaca. Esattamente si chiama biopsia intestinale endoscopica: si tratta di un'analisi decisamente invasiva che si effettua prelevando dall'intestino tenue parti di tessuto che saranno poi analizzate tramite esame istologico per valutare le lesioni ed il livello di atrofia dei villi intestinali.

I risultati della biopsia intestinale sono inoltre indispensabili per ottenere dalla ASL di competenza l'esenzione per l'acquisto di prodotti senza glutine entro una soglia di spesa mensile che varia da regione a regione.

Per effettuare l'analisi endoscopica (gastroscopia) è oggi sempre più utilizzata una capsula che permette all'endoscopista di valutare al meglio l'analisi.

I recenti studi e approfondimenti della medicina studi ci confermano inoltre quanto sia assolutamente indispensabile seguire una dieta priva di glutine per far sì che il danno intestinale regredisca e che si normalizzino tutti quei valori (dai parametri ossei alle carenze vitaminiche solo per fare due esempi tra i tantissimi) che creano quei fortissimi squilibri nei soggetti celiaci.