

## **15.02.2013 - Latte e malattie infiammatorie intestinali**

La dieta occidentale è caratterizzata dalla presenza di molti cibi, specialmente quelli industriali, ricchi di grassi saturi. Alcuni di questi, possono causare malattie infiammatorie intestinali (o IBD) nelle persone predisposte che, oltre a essere più di quante si possa pensare, sono in costante aumento.

La scoperta di questo meccanismo è avvenuta a seguito di uno studio condotto dai ricercatori dell'Università di Chicago.

Ad essere sotto accusa sono i grassi contenuti nel latte, i quali si trovano in abbondanza in tutti gli alimenti trattati industrialmente che troviamo comunemente in commercio. Questi grassi, secondo lo studio, andrebbero ad alterare la composizione batterica intestinale. L'effetto principale è un'interferenza nel delicato equilibrio tra il sistema immunitario ed il microbiota. Questa scoperta potrebbe spiegare la sempre più diffusa manifestazione delle cosiddette malattie immuno-mediate.

Il professor Eugene B. Chang e colleghi, ritiene che questa modifica alla flora intestinale può causare l'emergere di pericolosi ceppi batterici e la conseguente risposta immunitaria non regolata, può risultare particolarmente difficile da far cessare.

«Questo è il primo meccanismo plausibile che mostra passo-passo come le diete occidentali contribuiscano al rapido e continuo aumento dell'incidenza della malattia infiammatoria intestinale – spiega il dottor Chang – Sappiamo come alcune differenze genetiche possano aumentare il rischio per queste malattie, ma affinché essa si sviluppi realmente sembra sia richiesto un secondo evento, che può essere indentificato nel nostro stile di vita che cambia».

I ricercatori hanno condotto una serie di esperimenti su modello murino geneticamente privato dell'Interleuchina 10 che agisce come freno alla risposta immunitaria, in cui si è evidenziato come, a seconda dei casi, variasse l'incidenza della malattia. In particolare l'incidenza della IBD si mostrava nel 20% dei topi alimentati con una dieta povera di grassi in genere o ricca di grassi polinsaturi.

Quando invece questi modelli erano alimentati con una dieta “moderna” ricca di grassi saturi del latte, l'incidenza delle malattie infiammatorie intestinali triplicava, arrivando a colpire oltre il 60% dei modelli. Allo stesso modo aumentava di molto la gravità e l'estensione della malattia.

Questo studio, «mostra come l'andamento del consumo di diete di tipo occidentale da parte di molte società, sia potenzialmente in grado di sbilanciare lo stato mutualistico tra ospite e batterio a uno stato che favorisce l'insorgenza della malattia», ha concluso Chang.

Coloro che sono soggetti a malattie infiammatorie intestinali, devo quindi cercare di capire quale tipo di dieta seguono e se tra gli alimenti assunti ve ne sono alcuni o molti che contengono grassi saturi derivati dal latte.