



DONNE E CELIACHIA: SONO IL DOPPIO DEGLI UOMINI

In Italia, le donne celiache ancora senza diagnosi sono 284.000. Ecco la guida per aiutarle a riconoscersi, a cura del Comitato Scientifico di AIC; scaricatela dal sito www.celiachia.it

di Marco Silano
ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ
COORDINATORE BOARD COMITATO SCIENTIFICO AIC
e Luisa Novellino
RESPONSABILE UFFICIO SCIENTIFICO AIC

È disponibile dall'8 Marzo la Guida "Donna e Celiachia", a cura del Comitato Scientifico di AIC, uno strumento semplice e utile per individuare le pazienti

che "sfuggono" alla diagnosi. La celiachia è una malattia al femminile: le italiane che ne soffrono sono il doppio degli uomini, un esercito di 400.000 pazienti, che però nel 71% dei casi ancora ignorano di non tollerare il glutine. Nel nostro Paese infatti appena 115.933 donne (stima al 31.12.2013) hanno ricevuto la diagnosi mentre le altre 284.000 sono esposte alle complicanze della celiachia.

COME CONSULTARE LA GUIDA DONNA E CELIACHIA, ACCEDENDO A WWW.CELIACHIA.IT/DONNAECELIACHIA



1

SULLA HOMEPAGE DEL SITO CELIACHIA.IT È PRESENTE IL BANNER DEDICATO ALLA GUIDA "DONNA & CELIACHIA"



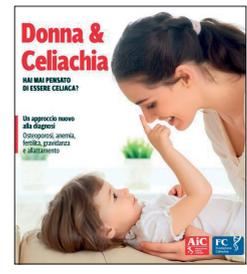
2

IL BANNER CONDUCE ALLA PAGINA INTRODUTTIVA ATTRAVERSO LA QUALE È POSSIBILE SCARICARE LA GUIDA



3

È POSSIBILE ATTIVARE IL DOWNLOAD INSERENDO NELL'APPOSITO FORM: NOME, COGNOME E INDIRIZZO MAIL



4

ALL'INDIRIZZO EMAIL LASCIATO, GLI UTENTI RICEVONO IL CODICE PER SCARICARE GRATUITAMENTE LA GUIDA

Come abbiamo già riportato in un precedente numero di CN (1/2014), molte donne soffrono di anemia, hanno avuto o stanno avendo difficoltà a diventare mamme, sono giovani ma hanno già qualche segno di osteoporosi o sono entrate in menopausa troppo presto. E sono celiache: spesso dietro questi disturbi al femminile infatti c'è proprio una celiachia non riconosciuta.

Una guida per riconoscersi

È pensando a loro che, in occasione della Giornata Internazionale della Donna dell'8 marzo, AIC ha pubblicato la guida "Donna e Celiachia" realizzata dal Comitato Scientifico dell'Associazione per aiutare le italiane a

"riconoscersi" e capire se sono celiache: la guida, disponibile sul sito www.celiachia.it, è stata diffusa in questi mesi anche in versione cartacea e verrà distribuita ai medici di famiglia, per far emergere dall'ombra le sette pazienti su dieci che ad oggi sono ancora ignare della loro condizione.

L'attenzione alle donne è giustificata dai numeri: dei circa 600.000 casi stimati di celiachia presenti nella popolazione italiana, dove l'incidenza della patologia è pari all'1%, ben 2 su 3 riguardano il sesso femminile. Sono circa 400.000 le italiane che potrebbero avere o sviluppare la celiachia contro 200.000 uomini ma, in entrambi i generi, le diagnosi sono tuttora poche, no-

AIC a Spazio Donna

Iniziative in Expo a cura del Ministero della Salute per presentare la Guida "Donna e Celiachia" di AIC.

10 GIUGNO

Intervento del dottor Marco Silano a *Alimentazione e celiachia nella donna*

2 SETTEMBRE, ORE 11.30

Per parlare ancora di donne e celiachia con il Dottor Silano e la dottoressa Elena Lionetti

La guida**Quando è il momento di sospettare di essere celiaca**

Nella donna osteoporosi precoce, anemia, infertilità, problemi di gravidanza e menopausa precoce rappresentano tipici quadri clinici non rientranti classicamente nella sintomatologia di celiachia o dermatite erpetiforme, ma potenzialmente riconducibili a queste due patologie. In Italia, due persone celiache su tre sono donne. Nella donna le manifestazioni della celiachia non adeguatamente trattata possono riguardare, tra l'altro, il sistema riproduttivo, i globuli rossi e l'apparato osteo-articolare. Nella guida sono descritte tutte quelle condizioni per cui una donna dovrebbe sospettare di essere celiaca e rivolgersi al proprio medico curante per eseguire gli accertamenti diagnostici del caso.

Da sapere

Non iniziare mai una dieta senza glutine prima di una diagnosi certa di celiachia! La diagnosi deve essere effettuata presso un Centro di Riferimento regionale. Sconsigliati i kit di autodiagnosi ad uso domestico.

Fertilità

La sterilità senza altra causa, l'endometriosi, lo sviluppo di menarca tardivo e/o di menopausa precoce, l'amenorrea e le alterazioni del ciclo mestruale sono tutte condizioni frequenti nelle donne celiache non diagnosticate.

Gravidanza

La celiachia non diagnosticata può indurre molte problematiche durante la gravidanza. Alcuni studi riportano che la prevalenza di aborti ripetuti, ritardo di crescita intra-uterino, basso peso alla nascita, prematurità e taglio cesareo è più alta in donne celiache non trattate rispetto a donne non celiache o a donne celiache in rigoroso trattamento dietetico. Infatti, il rischio di queste complicanze della gravidanza si riduce quando viene intrapresa una dieta senza glutine. Inoltre, il malassorbimento di ferro, di cui soffrono le celiache non trattate, è causa di una severa anemia in gravidanza quando le richieste di ferro raddoppiano. L'anemia è causa del ritardo nella crescita del feto. Infine, la donna celiaca non trattata va incontro a malassorbimento intestinale che

riguarda anche l'acido folico, una vitamina il cui apporto è fondamentale per prevenire lo sviluppo di difetti del sistema nervoso del nascituro.

Anemia

Circa un caso su due di celiachia si presenta con anemia, cioè livelli di emoglobina nel sangue inferiore ai limiti della norma. La forma di anemia più frequentemente associata alla celiachia non trattata è quella da carenza di ferro (nota anche come anemia sideropenica).

Osteoporosi

I pazienti celiaci non trattati presentano fratture spontanee anticipate e più frequenti rispetto alla popolazione generale. La correlazione tra osteoporosi e celiachia è dovuta innanzitutto al malassorbimento intestinale di calcio e vitamina D. La dieta senza glutine, la terapia medica e stili di vita adeguati riducono il rischio di fratture nelle pazienti celiache in maniera tanto più efficace quanto più si agisce precocemente.

Donazione di sangue da cordone ombelicale (*)

Dopo il parto il cordone ombelicale viene generalmente scartato a meno che la neo-mamma non decida di donarlo. La donazione solidaristica del cordone ombelicale è un gesto importante, perché dal sangue in esso contenuto si possono isolare quantità rilevanti di cellule staminali del sangue. Queste cellule sono utilizzate prevalentemente per la cura di bambini affetti da

alcune malattie genetiche, quali le immunodeficienze primitive, le malattie ematologiche e alcuni tipi di leucemia. È consentito anche l'uso per scopi di ricerca. Alle neo-mamme celiache è permesso di donare il proprio cordone ombelicale purché siano a dieta senza glutine da almeno sei mesi prima della donazione e presentino livelli plasmatici di anticorpi anti-transglutaminasi nella norma. AIC incoraggia la donazione gratuita eterologa del cordone ombelicale per la cura e la ricerca a vantaggio di chi ne ha bisogno. AIC non sostiene né sponsorizza la conservazione del cordone ombelicale per eventuali future cure autologhe a pagamento presso banche private fuori dal territorio nazionale.

(*) Si ringrazia AVIS per la collaborazione

Alimentazione nel primo anno di vita dei bambini a rischio di sviluppare celiachia

Un recente studio epidemiologico multicentrico italiano sostenuto da AIC ha concluso che introdurre il glutine a 12 invece che a 6 mesi, come avviene di norma, non modifica il rischio globale pur ritardando la comparsa di celiachia; ma potrebbe ridurre il rischio di sviluppare questa condizione nei bambini ad alto rischio genetico. Pertanto, si consiglia alle mamme dei bambini con familiarità per la celiachia di consultare il pediatra per la decisione su quale sia il momento più opportuno per somministrare al proprio bambino alimenti contenenti glutine per la prima volta.