Abitudini alimentari e comorbilitÃ gastrointestinali nelle donne affette da endometriosi

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Schink M, Konturek PC, Herbert SL, Renner SP, Burghaus S, Blum S, Fasching PA, Neurath MF, Zopf Y.
Different nutrient intake and prevalence of gastrointestinal comorbidities in women with endometriosis
J Physiol Pharmacol. 2019 Apr;70(2). doi: 10.26402/jpp.2019.2.09. Epub 2019 Aug 20

Valutare la correlazione fra alimentazione ed endometriosi, e le comorbilità gastroenterologiche più frequenti: è questo l'obiettivo dello studio retrospettivo coordinato da M. Schink ed espressione della Friedrich Alexander University di Erlangen e Norimberga, della Thuringia-Clinic di Saalfeld/Saale, della Frauenklinik und Poliklinik di Wuerzburg, e della Sindelfingen Clinic di Boeblingen, Germania.
I meccanismi patogenetici alla base dell'endometriosi non sono ancora del tutto chiari: nessuna delle ipotesi sinora formulate spiega in modo esaustivo la casistica clinica. Studi recenti suggeriscono come un ruolo predisponente possa essere giocato anche dall'alimentazione.
Lo studio è stato condotto su **156 donne affette da endometriosi e 52 controlli**. Due i questionari utilizzati:
- il primo, sull'alimentazione seguita negli ultimi 12 mesi;
- il secondo, sui sintomi dell'endometriosi e sulle comorbilità.
Questi i principali risultati. Le donne affette da endometriosi soffrono più frequentemente:
- di **intolleranze alimentari** (25.6% vs 7.7%; P = 0.009) e **allergie** (57% vs 31%; P < 0.001);
- di **disturbi gastrointestinali**, fra cui stipsi, flatulenza, pirosi, diarrea, defecazione frequente (77% vs 29%; P < 0.001).
Inoltre, l'**alimentazione delle donne affette da endometriosi differisce in misura significativa da quella dei controlli**, con una minore introduzione di:
- acidi organici (P = 0.006), maltosio (P = 0.0.16), glicogeno (P = 0.035), acido tetradecanoico (P = 0.041), metionina (P = 0.046), lisina (P = 0.048), treonina (P = 0.046) e istidina (P = 0.049);
- proteine animali (P = 0.047);
- vitamina C (P = 0.031), vitamina B12 (P = 0.008) e magnesio (P = 0.043).
Lo studio indica quindi come le donne affette da endometriosi presentino:
- **frequenti comorbilità gastrointestinali**;
- **un'alterata assunzione di alcune fondamentali sostanze nutritive**.
Un adeguato supporto dietetico potrebbe contribuire ad attenuare i sintomi della malattia, migliorando la qualità di vita delle pazienti.