

## Celiachia: perché aumenta il rischio di osteoporosi precoce

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

### La domanda

*Ho 39 anni, e mi hanno diagnosticato la celiachia 8 anni fa. Tra gli esami di controllo mi hanno fatto fare anche la densitometria, ed è risultato che ho già perso massa ossea. Cosa posso fare?*

### I temi toccati

Come la celiachia sia uno dei più importanti fattori di rischio per l'osteoporosi precoce  
Quando sospettare la presenza della celiachia, una patologia sottovalutata e sotto-diagnosticata  
Perché l'alimentazione della persona celiaca deve escludere il glutine, senza eccezioni  
Gli amici dell'osso: attività fisica quotidiana, stretching, sollevamento di piccoli pesi  
Quattro raccomandazioni per la gravidanza  
Perché, in caso di celiachia, è sempre opportuno valutare anche la riserva ovarica  
*Per gentile concessione di Italpress - Focus Salute*