



Epatologi concentrati su nutrizione e stile di vita. Dopo la pandemia, dieta e abuso di alcol sotto esame degli specialisti dell'Associazione Italiana per lo Studio del Fegato, AISF, nel 54° Congresso a Roma. Occorre per scongiurare i rischi di cirrosi e tumore del fegato dovuti a uno stile di vita scorretto e prolungato nel tempo. "In Italia circa il 12% della popolazione è nella fascia di obesità e un altro 20-25% risulta in sovrappeso. L'Italia è al secondo posto tra i Paesi Europei per obesità infantile: un bambino con obesità ha l'80% di probabilità di diventare un adulto obeso, con relative complicanze di tipo cardiologico, epatologico, nefrologico" evidenzia il prof. Giulio Marchesini, già Ordinario di Dietetica Clinica Università di Bologna



Roma,

25 marzo 2022 - Mentre per le epatiti virali esistono sempre più soluzioni per guarire o per controllare le patologie, ciò che oggi preoccupa maggiormente per la salute del fegato è la cirrosi dovuta a obesità e ad abuso di alcol,

fenomeni che si sono acuiti durante la pandemia. Complicanze in termini di cardiovascolari ed epatologiche sono destinate a provocare conseguenze negli anni a venire. Questo è l'allarme lanciato dagli specialisti epatologi nel corso del 54° Congresso nazionale dell'AISF – Associazione Italiana per lo Studio del Fegato in corso a Roma il 24 e il 25 marzo.

In italia il 12% obeso, il 25% sovrappeso

Il tema della nutrizione è particolarmente rilevante per il fegato, che costituisce la centralina metabolica, l'organo che permette di ricevere tutte le sostanze acquisite nei pasti e di smistarle nell'organismo. Il suo ruolo cruciale va in crisi se l'organo è malato, una conseguenza che può verificarsi nel caso in cui non si segua uno "stile di vita sano" caratterizzato da una corretta alimentazione, consumo moderato di alcol e adeguata attività fisica.



Prof. Giulio Marchesini

Un'alimentazione in eccesso accumula grasso nel fegato, e nel 5-10% dei casi può portare a una cirrosi epatica: visto che in questo periodo storico i soggetti che accumulano

grasso sono milioni, gli effetti si riflettono anche sull'epidemiologia delle malattie del fegato.

“In alcuni Stati del Pacifico oltre il 50% della popolazione è all'interno del range di obesità - sottolinea il prof. Giulio Marchesini, già Professore Ordinario di Dietetica Clinica presso l'Università di Bologna - L'Italia sta meglio di altri Paesi europei, con circa il 12% della popolazione nel range di obesità e il 20-25% nel range del sovrappeso. Tuttavia, il nostro è il secondo Paese europeo per obesità infantile e le proiezioni per il futuro indicano che un bambino con obesità ha l'80% di probabilità di diventare un adulto obeso, con relative complicanze e patologie di tipo cardiologico, epatologico, nefrologico. Il grasso, infatti, si localizza a livello dell'addome, danneggiando pancreas e fegato: da una parte provoca diabete, dall'altra un danno epatico che può sfociare in cirrosi e in epatocarcinoma”.

“Inoltre - aggiunge la prof.ssa Manuela Merli, Professore Ordinario Gastroenterologia La Sapienza di Roma - quando interviene la cirrosi, può instaurarsi una progressiva malnutrizione che si riflette anche sulla muscolatura corporea, provocando una precoce sarcopenia, che può portare un paziente di 40 anni con cirrosi grave ad avere una fragilità analoga a quella di un 70enne. La malnutrizione, la fragilità e la sarcopenia devono essere contrastate perché hanno effetti negativi sulla sopravvivenza”.

L'aumento del consumo di alcol durante la pandemia e i rischi per giovani e anziani



Prof. Alessio Aghemo

Nel

periodo pandemico, secondo i dati PASSI d'Argento dell'Istituto Superiore di Sanità, il 57% degli adulti di età 18-64 anni ha dichiarato di aver consumato alcol nei 30 giorni precedenti l'intervista. Complessivamente il 17% degli intervistati ha fatto un consumo di alcol a maggior rischio per la salute, per quantità e modalità di assunzione: il 3% ne ha fatto un consumo abituale elevato, superando le soglie di consumo medio giornaliero indicate dalle linee guida internazionali, l'8% risulta un binge drinker e un altro 9% ha consumato prevalentemente alcol fuori pasto.

Il

consumo di alcol a rischio resta una prerogativa delle classi socialmente più avvantaggiate, per reddito o per istruzione, residenti nel Nord Italia ed è maggiore fra gli uomini. Inoltre, nel 2020, il Sistema di Monitoraggio SISMA dell'ONA-ISS, le elaborazioni ISS dei dati Multiscopo ISTAT e i sistemi di rilevazione del Ministero della Salute hanno rilevato 8,6 milioni di consumatori a rischio (22,9% maschi e 9,4% femmine) con un incremento annuale del 6,6% e del 5,3%, rispettivamente per i due generi. Colpiti i target di popolazione più vulnerabili: minori (760mila) e anziani (2milioni 600mila) le fasce di età di maggiore criticità.

Preoccupa

molto l'aumento del consumo tra le minorenni: tra 16 e 17 anni la frequenza delle consumatrici a rischio (40,5%) raggiunge quella dei coetanei maschi (43,8%); tra 11 e 15 anni 10 minori su 100 sono a rischio. Cresce anche il binge drinking con oltre 4 milioni di consumatori hanno abusato nel 2020, 930mila tra gli 11 e i 25 anni di età, con 120mila minori intossicati.

“Durante

la pandemia c'è stato un aumento nel consumo di alcolici misurato dalle vendite, che ha portato a un aumento dei ricoveri per epatite alcolica negli USA e a un incremento dei casi di trapianto di fegato per malattie alcol correlate in Nord Europa - sottolinea il prof. Alessio Aghemo, Segretario AISF - In Italia non abbiamo ancora dati aggiornati, ma è ragionevole supporre che vi sia un impatto prolungato nel tempo. L'incremento delle complicanze probabilmente si verificherà nei prossimi 5-10 anni, poiché queste non sempre sono acute, e talora richiedono molto tempo per emergere”.

“Attualmente

le quantità di alcol che non sono considerate dannose in chi ha un fegato sano sono rispettivamente 3 unità di alcol negli uomini e 2 nelle donne durante la giornata. Una unità di alcol corrisponde a un bicchiere di vino o a una lattina di birra - spiega la prof.ssa Manuela Merli - Inoltre, a meno di 18 anni non si dovrebbe bere perché gli enzimi non sono ancora maturi per metabolizzare l'alcol. Questi stessi enzimi anche dopo i 65 anni attraversano una riduzione di attività, che lascia intuire come anche la popolazione anziana dovrebbe moderare notevolmente il consumo di alcol. Tuttavia, l'alcol è sempre più diffuso nelle fasce giovanili, talvolta attraverso il fenomeno del binge drinking, per cui non si consuma abitualmente, ma in occasioni particolari si assumono più di 5 unità alcoliche in poche ore, determinando un effetto tossico importante sul fegato, col rischio soprattutto sui più giovani di provocare un coma etilico”.

A Roma il Congresso Nazionale Epatologi dell'AISF

Il

54° Congresso Nazionale AISF si tiene a Roma il 24-25 marzo presso il Centro Congressi “Auditorium della tecnica” Viale Umberto Tupini 65 (EUR). Oltre all'importanza della nutrizione e di un corretto stile di vita per prevenire danni al fegato, tra i temi principali che vengono affrontati nelle diverse sessioni figurano i nuovi approcci terapeutici per le epatiti, l'epatocarcinoma e le nuove opportunità terapeutiche, le cure per la malattia di Wilson, la centralità italiana negli studi epatologici con particolare attenzione all'ipertensione portale, l'importanza dell'approccio multidisciplinare nell'affrontare le patologie relative al fegato.

