

Che tra alimenti ed apparato digerente vi sia un'intima correlazione risulta talmente scontato da ingenerare, nel credo comune, attenzioni e nessi causali spesso destituiti di fondamento scientifico. Basti pensare a quanto sia duro a morire il mito della "dieta in bianco", deprimente per gli organi di senso e, in molti casi, aggravante il processo digestivo a causa del carico lipidico, o a quanto sia ampia e variegata la diffusione delle tecniche diagnostiche per l'intolleranza alimentare.

Cercare di spiegare il perché di tale enfattizzazione risulta problematico per una concausalità di disparati fattori. In primis, la grande diffusione della sintomatologia gastroenterologica (nel 2008 in Italia, secondo i dati della Federazione Italiana delle Società delle Malattie dell'Apparato Digerente, si sono contati circa 1.600.000 ricoveri), anche di ordine banale, ma comunque sempre generatrice di attento ascolto e apprensione, amplifica vistosamente l'effetto positivo o negativo dell'ingestione di determinati alimenti.

D'altronde, chiunque non sia un professionista sanitario quale altra correlazione potrebbe fare? E il passo conseguente verso la strutturazione di pregiudizi, con-

vinzioni "filosofeggianti" e proposte truffaldine è breve. La richiesta di chiarimenti e spiegazioni dietoterapiche non subisce crisi, anzi, con il più facile accesso all'enorme massa d'informazioni di ordine sanitario e la crescente consapevolezza di voler gestire in prima persona la propria salute è aumentata ulteriormente. Quale operatore sanitario non si è sentito porre le domande: "prima o dopo i pasti?" oppure "a quali cibi devo fare attenzione?".

Non fornire risposte esaustive, magari banalizzando o minimizzando la problematica, contribuisce certamente a rimpinguare il flusso di coloro che si indirizzano verso le tante pratiche di medicina alternativa. Attualmente sono circa 10 milioni gli italiani che si rivolgono in tale direzione, con un trend in modesta regressione, che però sposta poco l'entità della problematica.

Nell'attuale società così caoticamente frenetica, ipertecnologica e cronicamente alle prese con la quadratura dei bilanci, a latitare, forse troppo e ingiustificatamente, è la lentezza del passaggio da una medicina basata sulla malattia (diagnosi e terapia) a quella centrata sul paziente, in cui deve essere preso in considerazione anche il vissuto emotivo.

Una delle conseguenze più paradossali è che proprio negli ambiti dove è concretamente possibile riuscire a contenere i costi sanitari migliorando nel contempo la qualità delle prestazioni, come ad esempio quello relativo al ruolo preventivo e terapeutico della nutrizione, si assiste ad una generale e ingiustificata disattenzione degli organismi istituzionali, inclusa la classe medica.

Non si spiega altrimenti l'elevata prevalenza di malnutrizione calorico-proteica negli ospedali italiani (in buonissima compagnia a livello internazionale), pari al 30,7%. Di questa percentuale, la quota iatrogena si aggira tra il 15,7 e il 29,2%. Il possibile risparmio, secondo i recenti dati del Progetto PIMAI (vedi p. 10), potrebbe ammontare attorno ad un milione di euro all'anno per un ospedale di 900 posti letto.

La sistematica valutazione dello stato di nutrizione e le conoscenze in nutrizione clinica sono purtroppo ancora lontane dalla routine pratica.

Con l'obiettivo, non certo così presuntuoso, di voler colmare una tale lacuna, ma soprattutto con quello di stimolare una

riflessione concretizzabile nella pratica quotidiana, è scaturita l'idea di raccogliere in un volume alcuni tra gli argomenti più controversi e d'interesse clinico gastroenterologico, letti in chiave nutrizionale alla luce delle più aggiornate evidenze scientifiche.

Come precedentemente sottolineato, l'alimentazione può rivestire un non trascurabile ruolo sia preventivo che terapeutico ed è per questo che si è scelto di selezionare gli argomenti in modo che possano coprire sia gli aspetti relativi all'alimentazione come causa di patologia digestiva, sia quelli relativi all'alimentazione come profilassi e terapia.

Con l'intento di facilitare l'implementazione operativa di quanto oggi noto, al termine di ogni capitolo è riportata una sintesi pratica di rapida consultazione.

Non rimane che ringraziare sentitamente i colleghi che con entusiasmo e professionalità hanno aderito all'iniziativa ed augurare una buona lettura.

Lucio Lucchin
Fausto Chilovi