

- comunicato stampa -

INTOLLERANZE ALIMENTARI: DALL'ADI IL DECALOGO PER RICONOSCERE I FALSI TEST

Il decalogo elaborato dall'Associazione di Dietetica e nutrizione clinica, in collaborazione con le maggiori Società Scientifiche italiane, Fnomceo e validato dal Ministero della Salute, sarà consultabile a partire dal 16 sito antibufale www.dottoremaeveroche.it

Roma, 14 febbraio - Il proliferare di falsi test diagnostici di "intolleranza o allergia alimentare" non validati dalla comunità scientifica ha generato negli ultimi anni molta confusione nella popolazione e false aspettative di dimagrimento soprattutto nei soggetti in sovrappeso e obesi, con il rischio di incorrere in gravi carenze nutrizionali. Per aiutare i cittadini a riconoscere le bufale nascoste dietro al business dei falsi test, che si aggira attorno ai **3 milioni di euro**, l'**Associazione italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica - ADI**, in collaborazione con le maggiori Società scientifiche (AAIITO, AIGO, AMD, ANDID, SIAAIC, SIAIP, SID, SINU, SINUPE e SIO) ha elaborato un decalogo con i consigli da seguire per evitare di incorrere in false diagnosi e falsi professionisti.

Il decalogo validato dal Ministero della Salute sarà consultabile a partire dal 16 dicembre sul sito anti-bufale della Fnomceo www.dottoremaeveroche.it, il nuovo portale creato dalla Federazione dell'Ordine dei Medici per rispondere ai principali dubbi sulla salute dei cittadini.

*"Sempre più spesso ci troviamo di fronte a casi di pazienti disorientati e in sovrappeso che si rivolgono al medico convinti di essere intolleranti a determinati alimenti, solo perché accusano gonfiore addominale e scarsa digeribilità – spiega **Antonio Caretto, presidente ADI** – Il più delle volte questi pazienti si presentano con i risultati di test non validati e dopo aver seguito delle diete selettive assolutamente prive di efficacia e soprattutto dannose proposte da personale non ascrivibile all'ambito sanitario. Il decalogo vuole essere per la popolazione uno strumento di prevenzione e orientamento che li aiuti a capire a chi rivolgersi prima ancora di ricorrere, senza una prescrizione medica, a inutili e costosi test".*

*"L'uso inappropriato di questi test, eseguiti perlopiù su campioni biologici come sangue, saliva, capelli può determinare un rischio nutrizionale altissimo per la salute - commenta **Barbara Paolini, vicesegretario ADI** - Le diete che escludono determinati alimenti, se non adeguatamente gestite e monitorate da un professionista sanitario competente, possono comportare un rischio nutrizionale non trascurabile soprattutto nei bambini. Ricordiamo soprattutto ai genitori che si affidano a questi test e autoescludono degli alimenti come latte o grano dalla dieta del bambino, che la diffusione delle diverse intolleranze alimentari è legata in gran parte alle abitudini di vita. Non a caso in Italia le reazioni più diffuse sono quelle legate al latte, al grano, l'uovo e la soia".*

*"La condivisione del Decalogo da parte delle maggiori Società Scientifiche italiane che si occupano del problema, della Federazione degli Ordini dei Medici e del Ministero della Salute vuole sottolineare l'importanza del documento e rafforzare il messaggio – dichiara Gianluigi **Spata**, componente del Comitato Centrale **Fnomceo** – Per questo abbiamo voluto fortemente inserire i dieci consigli nel nuovo sito antibufale fatto dai medici per i cittadini".*

I firmatari del decalogo: Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI); Federazione Nazionale Ordine Medici Chirurghi e Odontoiatri (FNOMCeO); Associazione Allergologi Immunologi Italiani Territoriali e Ospedalieri (AAIITO); Associazione Italiana Gastroenterologi ed Endoscopisti Ospedalieri (AIGO); Associazione Medici Diabetologi (AMD); Associazione Nazionale Dietisti (ANDID); Società Italiana Allergologia, Asma e Immunologia Clinica (SIAAIC); Società Italiana di Allergologia e Immunologia Pediatrica (SIAIP); Società Italiana di Diabetologia (SID); Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU) Società Italiana di Nutrizione Pediatrica (SINUPE) Società Italiana di Obesità (SIO)

LE DIECI REGOLE PER GESTIRE LE INTOLLERANZE ALIMENTARI

- 1) **Le intolleranze alimentari non sono responsabili di sovrappeso e obesità**, che sono condizioni causate prevalentemente da uno stile di vita inadeguato. Le intolleranze alimentari “vere” sono poche e possono indurre disturbi gastrointestinali o di altro genere.
- 2) **No all'autodiagnosi ed ai test effettuati direttamente presso i centri laboratoristici senza prescrizione medica.** Se si sospetta una reazione indesiderata a seguito dell'ingestione di uno o più alimenti è necessario rivolgersi al proprio medico, che valuterà l'invio allo specialista medico competente. Lo specialista è in grado di valutare quali indagini prescrivere per formulare la diagnosi più corretta.
- 3) **Non rivolgersi a personale non sanitario e attenzione a coloro che praticano professioni sanitarie senza averne alcun titolo.** Spesso i test non validati per la diagnosi di intolleranza alimentare, vengono proposti da figure professionali eterogenee, non competenti, non abilitate e non autorizzate, anche non sanitarie. Non effettuare test per intolleranze alimentari non validati scientificamente in centri estetici, palestre, farmacie, laboratori o in altre strutture non specificatamente sanitarie. Solo il medico può fare diagnosi.
- 4) **Diffidare da chiunque proponga test di diagnosi di intolleranza alimentare per i quali manca evidenza scientifica di attendibilità.** I test non validati sono: dosaggio IgG4, test citotossico, Alcat test, test elettrici (vega-test, elettroagopuntura di Voll, bioscreening, biostrengt test, sarm test, moratest), test kinesiologico, dria test, analisi del capello iridologia, biorisonanza, pulse test, riflesso cardiaco auricolare.
- 5) **Non escludere nessun alimento dalla dieta senza una diagnosi ed una prescrizione medica.** Le diete di esclusione autogestite, inappropriate e restrittive possono comportare un rischio nutrizionale non trascurabile e, nei bambini, scarsa crescita e malnutrizione. Possono, inoltre, slatentizzare disturbi alimentari. Quando si intraprende una dieta di esclusione, anche per un solo alimento o gruppo alimentare, devono essere fornite specifiche indicazioni nutrizionali, per assicurare un adeguato apporto calorico e, di macro e micronutrienti.
- 6) **La dieta è una terapia e pertanto deve essere prescritta dal medico.** La dieta deve essere gestita e monitorata da un professionista competente per individuare precocemente i deficit nutrizionali e, nei bambini, verificare che l'accrescimento sia regolare.
- 7) **Non eliminare il glutine dalla dieta senza una diagnosi certa di patologia glutine correlata.** La diagnosi di tali condizioni deve essere effettuata in ambito sanitario specialistico e competente, seguendo le linee guida diagnostiche.
- 8) **Non eliminare latte e derivati dalla dieta senza una diagnosi certa di intolleranza al lattosio o di allergie alle proteine del latte.** La diagnosi di intolleranza al lattosio o allergie alle proteine del latte deve essere effettuata in ambito sanitario specialistico e competente, tramite test specifici e validati.
- 9) **A chi rivolgersi per una corretta diagnosi?** Medico (dietologo, medico di medicina generale, pediatra di libera scelta, allergologo, diabetologo, endocrinologo, gastroenterologo, internista, pediatra).
- 10) **Non utilizzare internet per diagnosi e terapia.** Il web, i social network ed i mass media hanno un compito informativo e divulgativo e non possono sostituire la competenza e la responsabilità del medico nella diagnosi e prescrizione medica.