

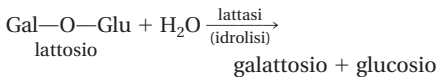
Nutrizione e prodotti dietetici



Casey Stoner e l'intolleranza al lattosio

La carriera del campione di motociclismo Casey Stoner nel 2009 ha avuto una brusca battuta di arresto. Durante il campionato delle MotoGP il centauro è stato costretto a saltare tre gare per un malessere oscuro. Qual era il problema, vi chiederete? Dopo accurate analisi i medici hanno scoperto che Stoner era affetto da una grave forma di *intolleranza al lattosio*, una sindrome caratterizzata da malessere, disturbi digestivi, dolori addominali, diarrea e produzione di gas intestinali (meteorismo).

Il lattosio introdotto con il latte alimentare è normalmente digerito grazie all'azione di un enzima, chiamato *lattasi*, prodotto dalle ghiandole intestinali.



Per motivi diversi, in certi soggetti si può manifestare un deficit di lattasi che causa un accumulo di lattosio indigerito nell'intestino. Lo zucchero richiama acqua per osmosi e viene fermentato dai batteri intestinali che generano gas e altre sostanze irritanti responsabili della sintomatologia clinica. La terapia di questa sindrome consiste nell'assumere una dieta priva del latte e di tutti i suoi derivati. Oggi sono disponibili formulazioni commerciali di latte dietetico a contenuto ridotto di lattosio, più facilmente digeribile. Anche Casey Stoner è tornato a correre dopo avere iniziato una severa dieta che gli ha consentito di superare un avversario davvero ostico.

L'intolleranza al lattosio non deve essere confusa con l'*intolleranza al latte*, una

vera e propria reazione allergica diretta contro le proteine del latte. In questo caso, oltre ai sintomi gastrointestinali si manifestano anche reazioni cutanee e, talvolta, accessi asmatici. A lungo termine si ha una graduale degenerazione del rivestimento mucoso intestinale che porta a una perdita della funzione assorbente. La terapia consiste nell'uso dietetico di latte artificiale che contiene proteine idrolizzate o, nei casi meno gravi, di latte di soia le cui proteine sono diverse.

Un'importante malattia ereditaria che si manifesta subito dopo la nascita, la *galattosemia*, ha una base ancora diversa. Il deficit genetico di un enzima che consente l'utilizzazione metabolica del galattosio da parte del nostro organismo, causa un accumulo di questo monosaccaride o di suoi derivati in diversi organi con conseguenze molto gravi, per esempio danni irreversibili al fegato e al rene e ritardo mentale. Data la gravità della malattia, oggi si effettuano dei test sui neonati per riconoscere la condizione patologica in fase precoce. Ciò consente di iniziare con tempestività la terapia che consiste nell'eliminazione del galattosio, e quindi del lattosio, dalla dieta e nell'uso di latte di soia o di alimenti diversi. Fortunatamente, con la crescita si sviluppano sistemi alternativi per l'utilizzazione metabolica del galattosio che consentono ai soggetti affetti da galattosemia di riprendere abitudini alimentari praticamente normali.



La galattosemia può essere individuata subito dopo la nascita grazie a test specifici