



Roma, 20 Maggio 2016

## ***Allergie, intolleranze e celiachia: tra verità scientifiche e falsi miti***

### **Intolleranza al lattosio, problematiche emergenti e le possibili soluzioni**

Maria Sole Facioni, Presidente ALLI



*L'Associazione Nazionale di riferimento per gli intolleranti al lattosio*

# Come e perché è nata AILI

L'intolleranza al lattosio non viene spesso riconosciuta e diagnosticata a causa di sintomi sovrapponibili a quelli di altre patologie del tratto gastro-intestinale.

- Pochi ospedali idonei
- Lunghe liste di attesa
- Scarsa informazione
- Disagi fisici, temporali ed economici



**Esito positivo del test.** Adesso come mi comporto!?

**Dieta adeguata**, ma di difficile attuazione vista la scarsità di informazione riguardo gli alimenti senza lattosio.



Prima di AILI nessuna associazione specifica che tutela gli intolleranti al lattosio.

# Obiettivi? Attività?

CONOSCERE L'INTOLLERANZA AL  
LATTOSIO E IMPARARE A GESTIRLA

DEFINIRE COSA È IL  
"SENZA LATTOSIO" E  
OTTENERE TUTELA

INFORMARE CLASSE  
MEDICA E ISTITUZIONI

ESSERE UN PUNTO DI RIFERIMENTO  
PER GLI INTOLLERANTI AL LATTOSIO  
E LE LORO FAMIGLIE

AUMENTARE GLI OSPEDALI E I  
CENTRI IDONEI A ESEGUIRE I TEST

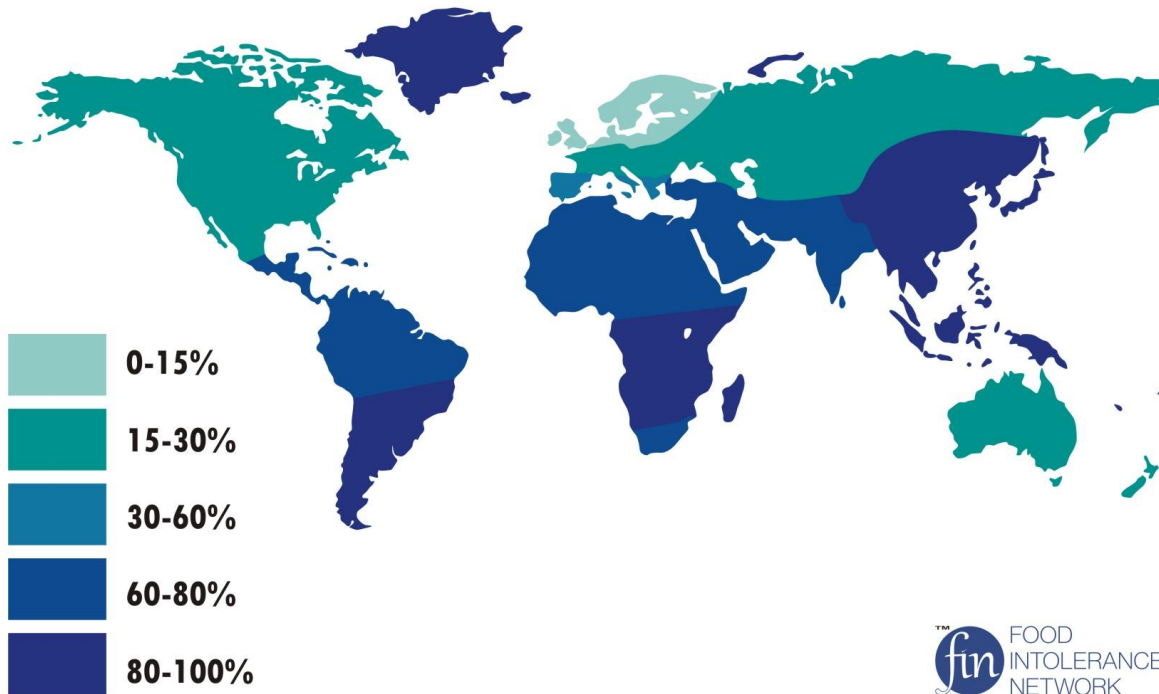
SENSIBILIZZARE E INFORMARE  
CLASSE ALBERGHIERA,  
RISTORATRICE E AZIENDE

POTER MANGIARE FUORI  
CASA CON SICUREZZA E  
TRANQUILLITÀ

# L'INTOLLERANZA AL LATTOSIO

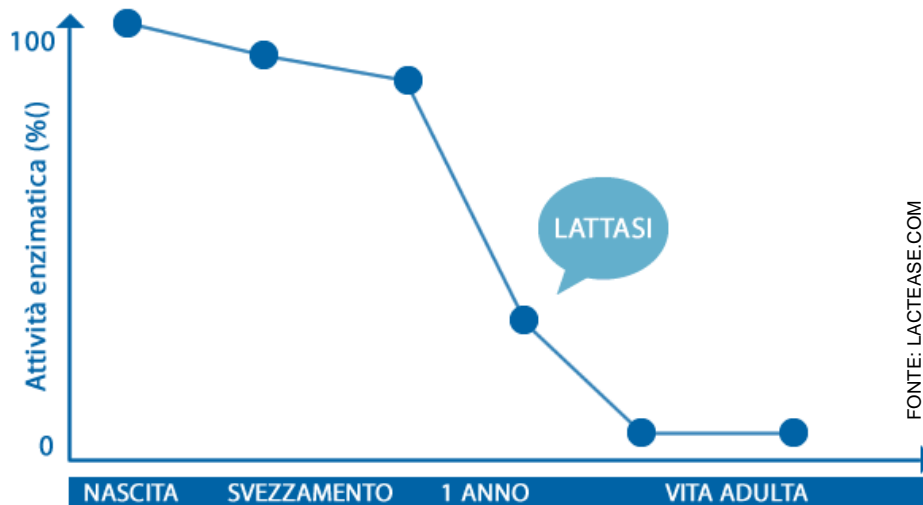
70% della popolazione mondiale

Worldwide prevalence of lactose intolerance in recent populations (schematic)



Circa 10.000 anni lo sviluppo dell'allevamento degli animali ha rappresentato un vantaggio positivo → Persistenza della Lattasi in età adulta

# L'INTOLLERANZA AL LATTOSIO



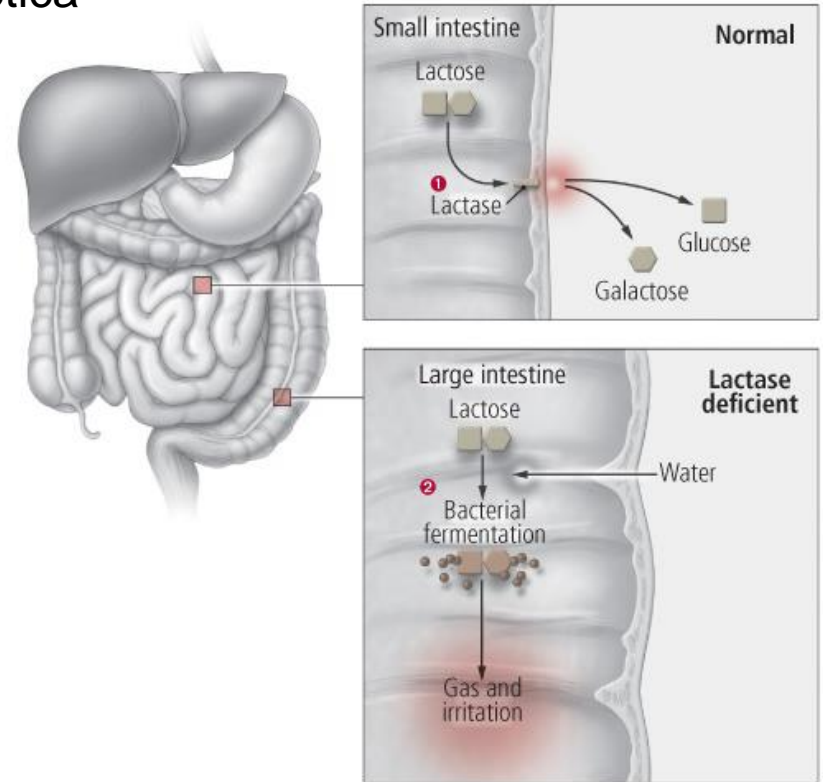
- ✓ Il Lattosio viene idrolizzato in glucosio e galattosio, a livello duodenale grazie all'azione dell'enzima Lattasi.
- ✓ La Lattasi è una proteina presente sull'orletto a spazzola degli enterociti dell'intestino assorbente

# L'INTOLLERANZA AL LATTOSIO

Tre diverse forme di intolleranza al lattosio:

1. Forma primaria permanente, di origine genetica
2. Forma secondaria transitoria
3. Forma congenita

**Dolori addominali**  
**Stitichezza**  
**Nausea**  
**Mal di testa**  
**Gonfiore addominale**  
**Diarrea**  
**Stanchezza**  
**Eruzioni cutanee**  
**Meteorismo**  
**Flatulenza**



# LATTOSIO: dove si trova?

Il principale zucchero del latte (98%) e dei suoi derivati



Non solo nel latte vaccino...

addensante



eccipiente nei farmaci

Latte, latte in polvere, lattosio, zuccheri del latte, siero di latte, siero in polvere, caglio, latticello, burro, burro anidro, panna ecc.

**LEGGERE SEMPRE ACCURATAMENTE  
LA LISTA DEGLI INGREDIENTI  
DEGLI ALIMENTI**

ALIMENTO	gr LATTOSIO per 100 gr
LATTE VACCINO INTERO	4,8
LATTE VACCINO PARZ. SCREMATO	4,9
LATTE VACCINO MAGRO	4,9
LATTE DI PECORA	4,5
LATTE DI BUFALA	4,9
LATTE DI CAPRA	4,2
LATTE vaccino IN POLVERE INTERO	35,1
LATTE vaccino IN POLVERE MAGRO	50,5
LATTE DI ASINA	6,2
LATTE MATERNO	6,5 – 7,0

FONTE: INRAN 2000

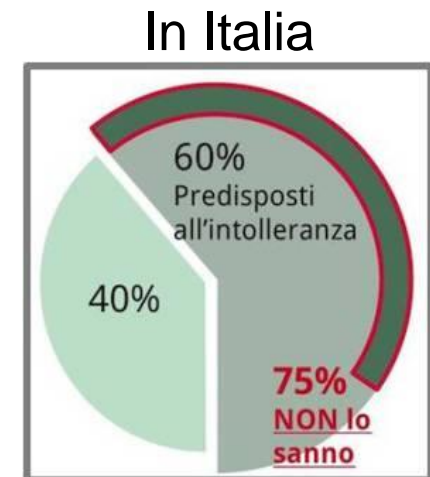
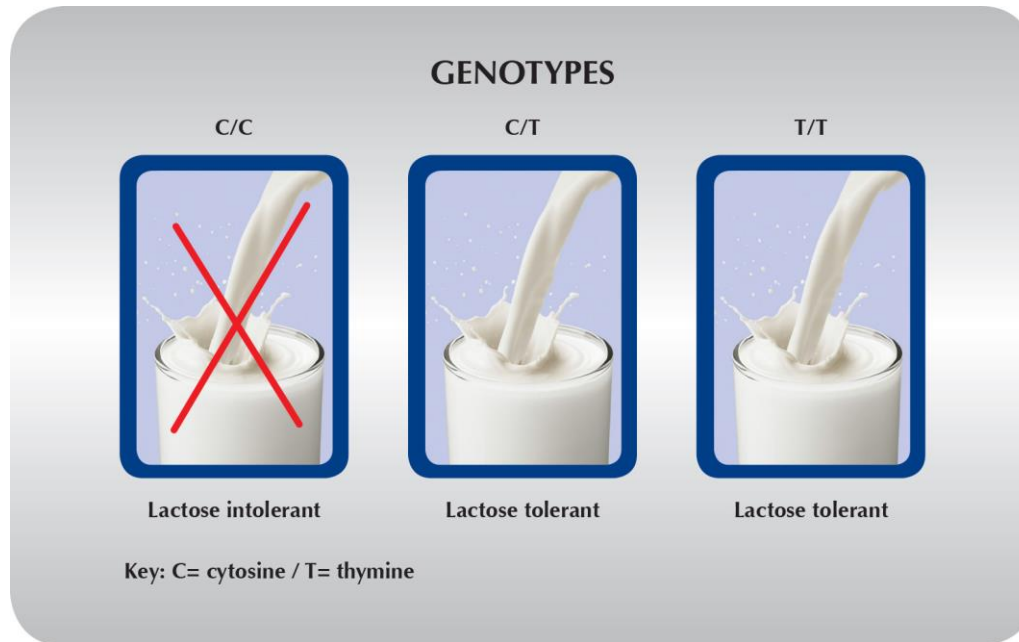
# TEST E DIAGNOSI

*I test scientificamente riconosciuti, non invasivi e più diffusi*

## 1. TEST GENETICO

sensibilità (97%) e specificità (95%)

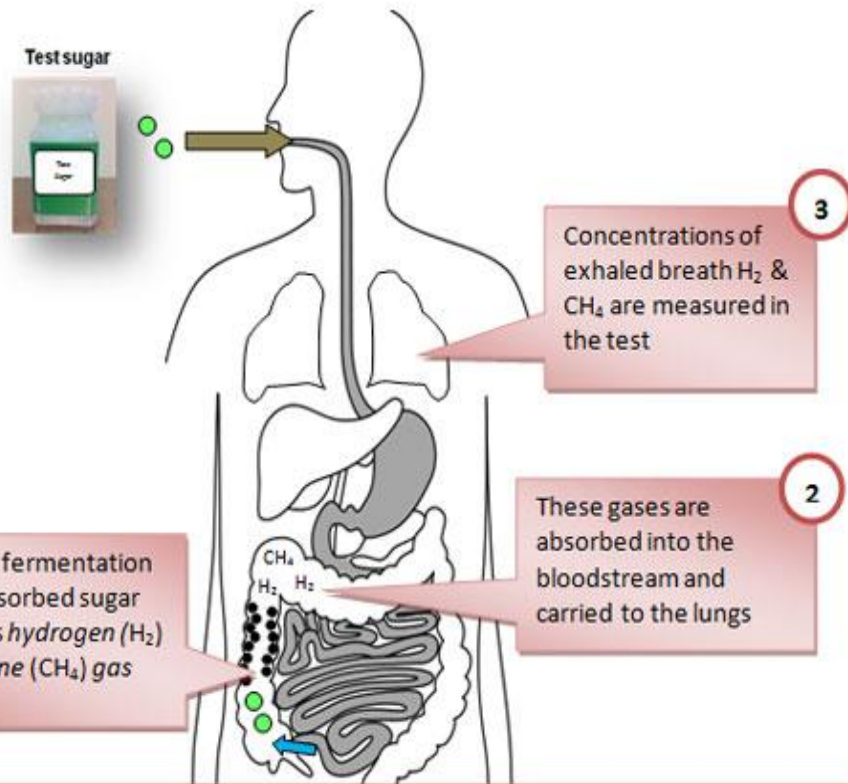
Nei Caucasici, la non persistenza dell'espressione della lattasi in età adulta è associata al polimorfismo **C/T** posizionato a **13910 bp** a monte del **gene LCT**



Ipolattasia, predisposizione genetica all'intolleranza al lattosio



## 2. BREATH TEST



*Concentrations of breath hydrogen and methane are used to indicate if the test sugar is malabsorbed or if proximal bacterial overgrowth is present.*

sensibilità (76-94%) e specificità (77-96%)

Dieta adeguata  
No antibiotici, procinetici, lassativi  
Valore basale  
25-50 gr di lattosio  
Durata almeno 3-4 ore

**!** Non tutti i soggetti con **malassorbimento di lattosio** presentano la sindrome da intolleranza al lattosio

**«SINTOMI»**

**Fattori importanti:**

- quantità di lattasi residua
- introito alimentare di lattosio
- tempo di svuotamento gastrico
- transito intestinale
- sensibilità viscerale
- caratteristiche della flora
- fattori psicologici

# DIFFERENZE

## H2 BREATH TEST

Test lungo (3-4 ore)

Difficile da utilizzare nel bambino

Basso Costo

Falsi positivi:  
transito intestinale  
accelerato, SIBO

Falsi negativi:  
non H<sub>2</sub> produttori (flora  
metanogenica)



## TEST GENETICO

Test Rapido

Di facile esecuzione anche  
nel bambino

Medio-Basso Costo

Falsi positivi:  
raramente nei caucasici  
(<5%)

Falsi negativi:  
malassorbimento  
secondario del lattosio

# BREATH TEST E TEST GENETICO SONO ALTERNATIVI?

**No**, perché forniscono **informazioni diverse**. E' più corretto definirli **complementari**.

## TEST GENETICO, SOLO PREDITTIVO O PUO' ESSERE ANCHE DIAGNOSTICO?

*Dig Liver Dis.* 2009 Jul;41(7):474-9. doi: 10.1016/j.dld.2008.09.020. Epub 2008 Nov 14.

**Genetic test for lactase non-persistence and hydrogen breath test: is genotype better than phenotype to diagnose lactose malabsorption?**

Di [Stefano M](#)<sup>1</sup>, [Terulla V](#), [Tana P](#), [Mazzocchi S](#), [Romero E](#), [Corazza GR](#).

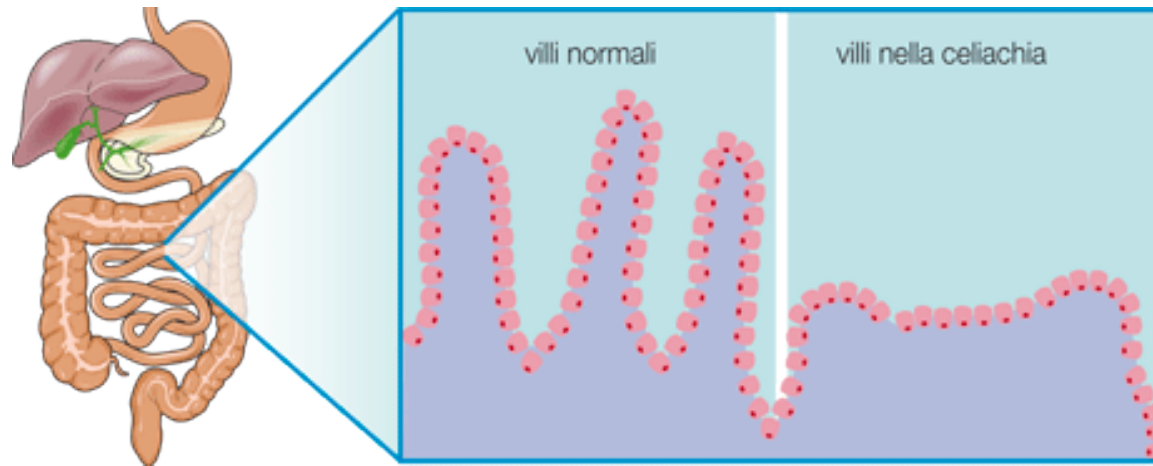
*British Journal of Nutrition* (2010), **104**, 900–907  
© The Authors 2010

doi:10.1017/S0007114510001297

**Excellent agreement between genetic and hydrogen breath tests for lactase deficiency and the role of extended symptom assessment**

D. Pohl<sup>1,2\*</sup>, E. Savarino<sup>1,3</sup>, M. Hersberger<sup>4</sup>, Z. Behlis<sup>1</sup>, B. Stutz<sup>1</sup>, O. Goetze<sup>1</sup>, A. v. Eckardstein<sup>5</sup>, M. Fried<sup>1</sup> and R. Tutuian<sup>1,6</sup>

# CELIACHIA E INTOLLERANZA AL LATTOSIO: QUALE LEGAME?



➔ INTOLLERANZA AL LATTOSIO SECONDARIA, TRANSITORIA !

(INTOLLERANZA AL LATTOSIO PRIMARIA)

# TERAPIA & DIETA

- ✓ Esclusione dalla dieta di prodotti contenenti lattosio, latte e derivati (in modo parziale o totale a secondo della soglia di tolleranza personale)
- ✓ Fermenti lattici

## Cos'è IL **SENZA LATTOSIO**?

Cosa sono i **prodotti delattosati**?

**LATTOSIO <1%, <0.1%, <0.01%, COSA SIGNIFICA?**

**INTOLLERANZA AL LATTOSIO**

≠

**ALLERGIA PROTEINE DEL LATTE**



**ATTENZIONE!**

I prodotti DELATTOSATI (SENZA LATTOSIO) NON sono idonei per gli allergici alle proteine del latte!

# Condizioni per le indicazioni sul tenore di lattosio: “*senza lattosio*” o “*a ridotto contenuto di lattosio*”

Ministero della Salute, luglio 2015

In attesa di armonizzazione europea

- “**senza lattosio**”: residuo di lattosio < 0,1 g per 100 g o ml

I prodotti devono riportare in etichetta l'informazione sulla specifica soglia di lattosio mediante la dicitura “meno di ...”

- “**a ridotto contenuto di lattosio**” (latte): I prodotti devono riportare che il tenore di lattosio è “meno di 0,5 g/100 g o 100 ml”

- Prodotti delattosati:

*Il prodotto contiene glucosio e galattosio in conseguenza della scissione del lattosio*

- “**naturalmente privo di lattosio**”: per alimenti non contenenti ingredienti lattei

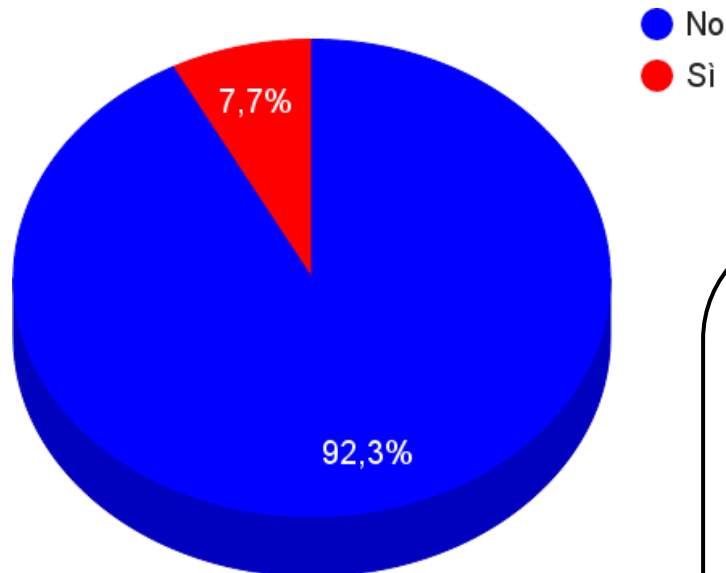
In attesa che il **confronto comunitario** porti a regole condivise per l'utilizzo di indicazioni sul contenuto di lattosio negli alimenti, **AILI** ritiene che un prodotto è:

- **senza lattosio** se contiene nella sua composizione:  
**< 0.01%** = < 0.01 gr / 100 gr = < 10 mg/100 gr = < 100 ppm
- **a basso/ridotto contenuto di lattosio** se contiene nella sua composizione: **< 1%** = < 1 gr/100 gr = < 100 mg/100 gr

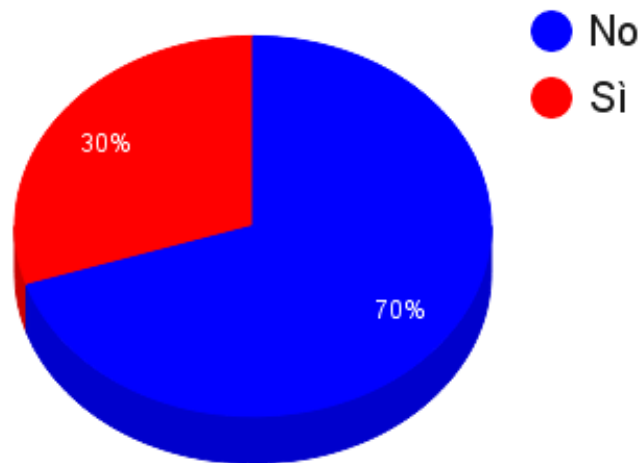
*Alcuni Stati membri hanno deciso di regolamentare delle buone pratiche per usare alcune di queste affermazioni a livello nazionale, come per esempio Finlandia, Norvegia, Svezia, Danimarca, Repubblica Ceca, Spagna. Questi Paesi hanno adottato i suddetti limiti.*

# INDAGINE DI AILI

**RITIENI CHE IN ITALIA CI SIA SUFFICIENTE INFORMAZIONE  
SULL'INTOLLERANZA AL LATTOSIO?**



**IL TUO MEDICO DI BASE HA  
SAPUTO AIUTARTI?**

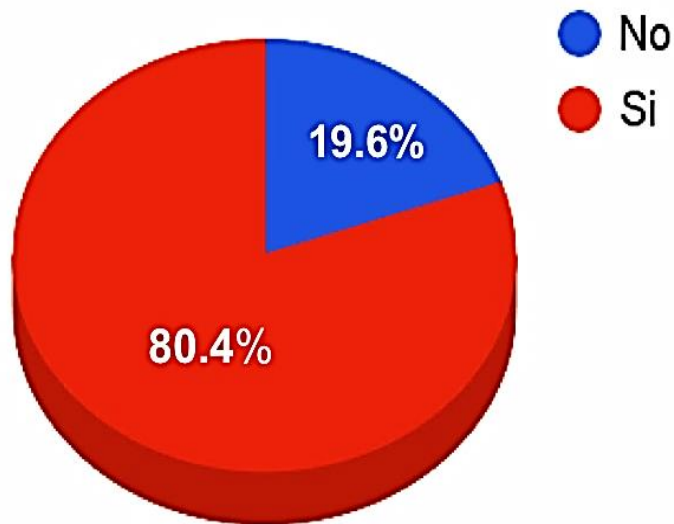


Fonte AILI, n 2200 intervistati intolleranti al lattosio  
© Tutti i diritti riservati

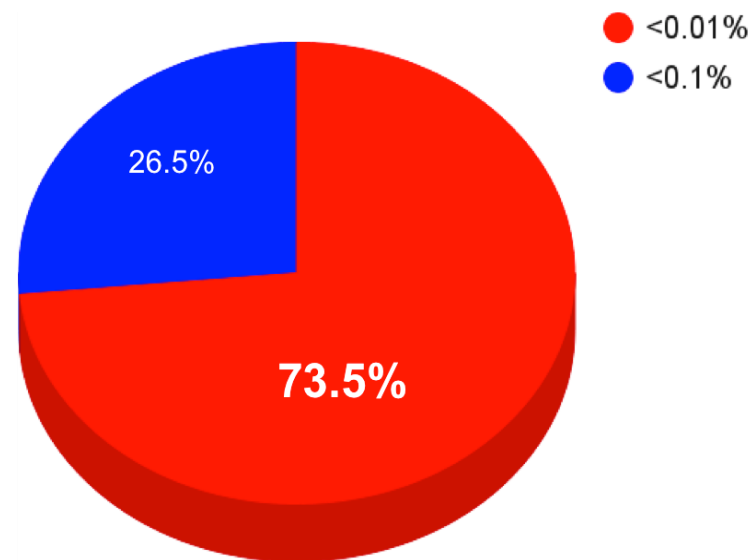


# INDAGINE DI AILI

## ASSUMI PRODOTTI DELATTOSATI?



## QUALE SOGLIA DI LATTOSIO TOLLERI?



Fonte AILI, n 2200 intervistati intolleranti al lattosio  
© Tutti i diritti riservati

# OBIETTIVI DI AILI

- *facilitazione alla diagnosi,*
- *linee guida ufficiali,*
- *formazione della classe medica (diagnosi in tempi brevi),*
- *etichettatura dei prodotti e normazione del claim “senza lattosio”,*
- *limite di riferimento del claim “senza lattosio” uguale in tutta Europa.*





# Per saperne di più...

**— AILI —**  
ASSOCIAZIONE ITALIANA  
LATTO-INTOLLERANTI



[www.associazioneaili.it](http://www.associazioneaili.it)



**AILI**-Associazione-Italiana-Latto-Intolleranti



**AILI**LactoseFree



[info@associazioneaili.it](mailto:info@associazioneaili.it)