

Lo studio. Su Plos One la relazione tra disturbo bipolare e sindrome dell'intestino irritabile. Veicolata dall'infiammazione

Quel filo tra mente e intestino

FRANCESCO BOTTACCIOLI*

QUALCHE settimana fa dalla rivista *PLOS One* è arrivata un'ulteriore conferma su quanto l'intestino possa influenzare la testa e viceversa. Lo studio, che ha coinvolto 30.000 cittadini di Taiwan con sindrome dell'intestino irritabile (IBS in sigla) e altrettanti controlli, ha documentato una relazione diretta tra disordine gastrointestinale e il rischio di disturbo bipolare, una patologia psichiatrica un tempo definita disturbo maniacodepressivo, a causa dell'alternarsi di episodi maniacali e depressione.

La sindrome dell'intestino irritabile è caratterizzata da dolori addominali, gonfiore, flatulenza, alternarsi di diarrea e costipazione. Spesso stati di ansia e sbalzi d'umore. La sindrome è funzionale, non si riscontrano cioè lesioni del tessuto intestinale, come nelle malattie infiammatorie intestinali (morbo di Crohn e colite ulcerosa). Ciononostante c'è una forte componente infiammatoria, che lo studio indica come il legame tra il disordine intestinale e quello mentale. I ricercatori cinesi hanno incrociato i dati del servizio sanitario di Taiwan, che copre gratuitamente tutta la popolazione, relativi alle diagnosi di intestino irritabile e di disturbo bipolare nel periodo 2000-2010 e hanno visto che, nel gruppo dei pazienti che

nel 2000 avevano ricevuto una diagnosi di intestino irritabile, la frequenza del disturbo bipolare, con il passare degli anni, era più che doppia rispetto a chi non aveva il disordine intestinale. Ma ci sono altri dati interessanti. Nel gruppo con intestino irritabile c'era anche chi presentava altre malattie, tra cui malattie autoimmuni e asma. Una approfondita analisi statistica ha potuto dimostrare che la presenza di queste altre malattie infiammatorie era un indipendente fattore di rischio per il disturbo bipolare.

Questo dato è confermato da altri studi, tra cui alcune meta-analisi che legano le malattie autoimmuni al disturbo bipolare. In particolare è stato visto un aumento del disturbo bipolare nel morbo di Crohn, nell'epatite autoimmune, ma anche nel lupus eritematoso sistemico, nella sclerosi multipla (rischio maggiore di 30 volte) e nelle tiroiditi autoimmuni. Su quest'ultime, un lavoro del 2007 ha documentato che nei figli di persone con disturbo bipolare c'è un aumento delle tiroiditi autoimmuni, suggerendo una relazione bidirezionale tra disturbo psichiatrico e suscettibilità alle tiroiditi autoimmuni. Il legame tra disturbi di pancia e testa è rappresentato dall'infiammazione che dall'intestino, tramite le citochine, può far sentire i suoi effetti fino al cervello. Numerosi lavori, tra cui anche quel-

lo di un gruppo italiano, guidato da Paolo Brambilla, [università di Udine](#), ha documentato un incremento di citochine infiammatorie nel sangue di pazienti con disturbo bipolare. Molto c'è ancora da capire soprattutto sul profilo infiammatorio che si verifica in corso di attacco maniacale piuttosto che in corso di depressione o di stato libero da sintomi (eutimia), ma i dati convergono nel segnalare lo stretto intreccio tra infiammazione e disturbo bipolare. E la fonte dell'infiammazione può essere anche lontano dal cervello, per esempio nell'intestino sofferente.

*Dir. Master in Psiconeuroendocrinologia,
Università de l'Aquila

**Le responsabili sono
le citochine che fanno sentire
i loro effetti fino al cervello**



Peso: 62%

CU
RIO
SI
TÀ

Cani & gatti

Anche cani e gatti avrebbero il loro secondo cervello nell'intestino. Un'alimentazione errata lo infiamma e impedisce la formazione della serotonina, un neurotrasmettitore che regola l'umore, provocando disturbi comportamentali come l'ansia da separazione, la distruttività e comportamenti molesti, come l'abbaiare eccessivo o l'aggressività fuori luogo. «L'intervento più efficace punta su una alimentazione corretta - spiega Sergio Canello, veterinario esperto in nutrizione - che riequilibra la flora batterica intestinale. Quindi pesce azzurro, come sardine, acciughe, aringhe, insieme alla carne biologica. Queste fonti proteiche garantiscono la migliore qualità di vita a cani e gatti. Il termometro del benessere è l'aspetto delle feci. Se sono compatte e ben formate vuol dire che l'alimentazione è corretta. Inoltre le deiezioni non dovrebbero essere troppe al giorno».

LE CAUSE ALLO STUDIO

- STRESS
- GENETICHE
- SENSIBILITÀ ALIMENTARE
- FARMACI
- INFEZIONI
- CHIRURGIA
- DISMOTILITÀ INTESTINALE
- SINDROME DELL'INTESTINO IRRITABILE

MOTILITÀ NORMALE

Le contrazioni del colon spostano le feci verso il retto per l'espulsione

DISMOTILITÀ

È una alterata motilità del colon. Può manifestarsi con un transito accelerato o rallentato

DIARREA
Intervali più brevi tra onde successive di propulsione

COSTIPAZIONE
Intervali più lunghi tra onde successive di propulsione

I SINTOMI

- FECI
- MOVIMENTO DELLE FECI
- CONTRAZIONI DEL COLON
- A Costipazione**
Transito rallentato
- B Diarrea**
Transito accelerato
- Crampi addominali**
- Flatulenza**
- Sintomi urinari**
Aumento della frequenza, urgenza e minzione notturna

INFORMAZIONE PAOLA SIMONETTI



Peso: 62%