

La sindrome dell'intestino irritabile sul territorio

I risultati di uno studio epidemiologico attuato sul territorio nazionale, volto a indagare la prevalenza della sindrome dell'intestino irritabile e l'impatto esercitato dai sintomi sulla qualità di vita dei pazienti, hanno permesso di identificare in modo inequivocabile alcuni fattori scatenanti la patologia. L'ambito in cui i medici di famiglia possono maggiormente intervenire è l'educazione del paziente a modificare le errate abitudini alimentari

Nel giugno 2006 si è svolto uno studio epidemiologico che ha coinvolto 172 medici specialisti in malattie dell'apparato digerente operanti sul territorio italiano.

Grazie all'iniziativa "Mese dell'intestino irritabile", promossa da Novartis Consumer Health, per i cittadini che ne avessero fatto richiesta, era possibile sottoporsi a una visita specialistica ambulatoriale o ad un consulto telefonico riguardante problematiche di tipo gastrointestinale. I risultati definitivi dello studio sono oggetto di questo articolo. In precedenza è stata pubblicata l'analisi dei risultati relativi alla mia partecipazione personale all'iniziativa (*M.D. Medicinæ Doctor* 2006; 14: 39-40).

■ Scopo della ricerca

La ricerca è stata promossa per valutare la prevalenza della sindrome dell'intestino irritabile nella popolazione generale, sondare la consapevolezza della malattia nei soggetti che ne sono affetti e indagare sui sintomi maggiormente rappresentativi e sul loro impatto esercitato sulla qualità di vita e le ripercussioni economiche e sociali conseguenti (giorni di lavoro persi). È chiara l'importanza di questi riscontri, che successivamente potranno essere utilizzati per mettere in atto strategie preventive e terapeutiche e per porre rimedio alla patologia e ai suoi effetti perniciosi.

■ Materiali e metodi

Alla ricerca hanno partecipato 172 medici e possiamo stimare in circa 172.000 soggetti il campione di popolazione oggetto dello studio. Le persone che hanno richiesto un consulto sono state oltre 30.000; di queste, dopo opportuna selezione, 5.072 sono state sottoposte a visita specialistica ambulatoriale e 1.648 hanno ricevuto un consulto telefonico. Gli altri soggetti sono stati esclusi in quanto hanno manifestato problematiche che non erano di attinenza gastroenterologica, in particolare non riguardavano la sindrome dell'intestino irritabile. Ai 5.072 pazienti che si sono sottoposti a visita ambulatoriale, con un questionario predisposto, si è provveduto al rilevamento sistematico di:

- anamnesi generale;
- anamnesi familiare, volta a evidenziare un'eventuale predisposizione per malattie gastrointestinali;
- abitudini alimentari (consumo di fibre, introduzione di liquidi, consumo di caffè e altri eccitanti nervini, dieta prevalente) e stili di vita potenzialmente influenti sulla patologia (tabagismo, vita sedentaria, abitudine a procrastinare la defecazione pur in presenza di uno stimolo adeguato);
- esame obiettivo generale e mirato all'apparato digerente (palpazione addominale, esplorazione rettale, ecc).

Al termine del consulto è seguito un colloquio inteso da un lato a verificare l'esatta percezione dei pazienti nei confronti della patologia indagata e dall'altro volto a "restituire" loro le conclusioni tratte (diagnosi ed eventualmente terapia farmacologica e non). A tale proposito è stata fatta anche attività di counselling con suggerimenti su modificazioni di errate abitudini alimentari e/o stili di vita.

■ Risultati

Un primo dato importante riguarda la prevalenza della sindrome dell'intestino irritabile nella popolazione generale, che tenendo conto del campione di popolazione preso in esame, sembra essere pari al 33% circa, largamente superiore a quella che si riscontra dai dati della letteratura.

Le persone affette da sindrome dell'intestino irritabile sono in netta prevalenza donne (71% vs 29% degli uomini).

Il picco di incidenza si situa attorno ai 45 anni di età.

La qualità della vita è influenzata negativamente dalla presenza dei sintomi correlati alla patologia.

Il dolore addominale, presente nel 97% dei casi (in forma cronica e perdurante da oltre un anno nel 75% dei casi), è spesso legato ai pasti (68% dei casi), si attenua dopo l'evacuazione ed è associato a variazioni nella frequenza delle evacuazioni e

peggiora nel corso della giornata (67% dei casi).

A questo riguardo le alterazioni dell'alvo sono presenti nel 67% dei casi (sotto forma di stipsi nelle donne nel 64% dei casi e di diarrea negli uomini nel 59% dei casi) (tabella 1). I soggetti con età >60 anni ne soffrono in modo più continuo e in percentuale più elevata rispetto alle altre fasce di età considerate. Nella maggior parte dei pazienti l'indice di massa corporea (BMI) non è risultato alterato in modo significativo.

■ Discussione

Passando alla disamina delle possibili cause, o più precisamente concause, in quanto il fattore eziopatogenetico della sindrome dell'intestino irritabile non è ancora stato stabilito con certezza (meiopragia genetica, infezioni intercorrenti dell'apparato digerente, ecc), emergono tre possibili fattori scatenanti.

■ Innanzitutto la sfera psicologica: un habitus costituzionale emotivo o comunque facilmente soggetto a manifestare ansia in modo reattivo a situazioni ambientali o in modo endogeno, ossia spontaneamente).

■ In secondo luogo l'importanza di fattori ambientali (ambito lavorativo, familiare o sociale) che possono indurre situazioni stressanti potenzialmente ansiogene, soprattutto in un soggetto emotivamente labile.

■ Infine l'influenza negativa di errate abitudini alimentari comuni nella nostra società occidentale (scarsa in-

troduzione di fibre alimentari e di liquidi, assunzione di pasti in orari non regolari oppure consumati frettolosamente per motivi lavorativi, spesso non preparati nel modo corretto, qualitativamente e quantitativamente inadeguati, abuso di bevande alcoliche e/o gassate).

Nella ricerca è stato calcolato il peso di tali fattori scatenanti ed è emerso che il 24% dei pazienti affetti da sindrome dell'intestino irritabile riconosce esplicitamente nell'ansia una concausa importante dei sintomi, il 68% imputa allo stress ambientale parte dell'origine del malessere accusato e il 61% ammette di non alimentarsi in modo corretto. Quindi, in totale, il 92% dei soggetti affetti da sindrome dell'intestino irritabile soffre di ansia e stress e di questi ben il 26% assume regolarmente psicofarmaci (tabella 2).

Dall'insistenza di questi fattori scatenanti su un terreno predisposto deriva il quadro sintomatologico della sindrome dell'intestino irritabile, rappresentato soprattutto da sintomi principali (dolore e/o gonfiore addominale) e sintomi associati (alterazioni dell'alvo sotto forma di stipsi o diarrea o alvo alternante e alterata consistenza delle feci).

Infine rilevante sotto il profilo socio-economico è l'impatto della malattia, dal momento che i pazienti affetti da sindrome dell'intestino irritabile si erano assentati nell'ultimo anno, dal posto di lavoro, mediamente 23 giorni (vs gli 8 giorni del gruppo di soggetti non affetti) e

di questi ben 15 a causa del riacutizzarsi della sintomatologia o per eseguire approfondimenti diagnostici. Non quantificabile, ma intuitivamente elevato, è il costo economico individuale e a carico della società: basti pensare che mediamente ogni individuo aveva eseguito nell'ultimo anno uno o più esami diagnostici (ecografia addome superiore, colonscopia, EGDscopia, TAC addome) per escludere patologie organiche responsabili della sintomatologia.

■ Conclusioni

In conclusione possiamo affermare che questa ricerca ha fornito importanti dati di tipo epidemiologico e ha permesso di identificare in modo inequivocabile il ruolo dei fattori scatenanti la patologia (ansia, stress ed errate abitudini alimentari).

A tale proposito occorre mettere in evidenza come mentre poco si possa fare per modificare i primi due (l'ansia si può solo controllare con i farmaci e poco o nulla si può fare per modificare l'ambiente in cui vivono i nostri pazienti), molto si può e si deve fare per correggere comportamenti alimentari sbagliati, che oltre a provocare sintomi fastidiosi, sono stati messi in relazione con un aumento di patologia neoplastica, per esempio la poliposi colica.

Bisogna infine sottolineare due ultimi importanti aspetti emersi: l'importanza sociale della sindrome dell'intestino irritabile, confermata dalla rilevante prevalenza nella popolazione generale, e la consapevolezza di malattia dei soggetti che ne sono affetti, fenomeno anch'esso ben evidenziato in questo studio.

Tabella 1

Risultati della ricerca

• Prevalenza totale della sindrome dell'intestino irritabile	33%
	71% donne
	29% uomini
• Presenza di dolore e/o dolore addominale	97%
• Modalità cronica del dolore	75%
• Peggioramento durante il giorno	67%
• Rapporto del dolore con i pasti	68%
• Stipsi nelle donne	64%
• Diarrea negli uomini	59%

Tabella 2

Fattori scatenanti la sindrome dell'intestino irritabile

• Presenza di ansia	24%
• Presenza di stress	68%
• Errate abitudini alimentari	61%
• Assunzione di psicofarmaci	26%