

Precisazioni sulla DIETA CHETOGENICA

In questi giorni è comparsa su qualche sito web la notizia che la dieta chetogenica fa bene ai bambini che hanno crisi epilettiche e autismo

Riporto come esempio due siti:

http://www.rss-notizie.it/article_autismo_dieta_chetogenica_contro_le_convulsioni_9793687.htm

Autismo: dieta chetogenica contro le convulsioni

La dieta chetogenica e altri trattamenti non farmacologici delle convulsioni legate all'autismo sono efficaci e hanno meno effetti collaterali dei farmaci. Lo suggerisce uno studio effettuato su 733 genitori i cui figli hanno questo problema

http://salute.agi.it/primapagina/notizie/201106031330-hpg-rsa1020-autismo_dieta_aiuta_i_bimbi_contro_le_convulsioni

Risultati efficaci, meno effetti collaterali dei farmaci

AUTISMO, DIETA AIUTA CONTRO LE CONVULSIONI

(AGI) - Washington, 3 giu. - La dieta chetogenica e altri trattamenti non farmacologici delle convulsioni legate all'autismo sono efficaci e hanno meno effetti collaterali dei farmaci. Lo suggerisce uno studio effettuato su 733 genitori i cui figli hanno questo problema. I risultati sono stati pubblicati dalla rivista *Bmc Pediatrics*. Nello studio sono stati confrontati 25 metodi tradizionali e 20 non tradizionali per le convulsioni, valutando sia la gravità delle convulsioni che gli effetti sui sintomi dell'autismo. In linea generale è emerso che i farmaci antiepilettici riducono le convulsioni ma peggiorano alcuni problemi legati alla malattia come il sonno e la comunicazione, fatta eccezione per quattro medicinali, l'acido valproico, il lamotrigine, il levetiracetam e l'etosuximide, che invece hanno effetti collaterali minori.

Altri farmaci non antiepilettici usati nelle terapie migliorano alcuni sintomi ma agiscono con meno efficacia sulla frequenza e la gravità degli attacchi. Buoni risultati si ottengono invece con altri trattamenti, in particolare la dieta chetogenica, che secondo i genitori intervistati riduce la severità degli attacchi e non peggiora gli altri sintomi. "Servono ulteriori studi - hanno sottolineato gli esperti - ma sembra che le diete possano essere usate almeno come terapia di supporto in questi casi".

La fonte da cui sono tratte queste notizie è la seguente:

Richard E Frye, Swapna Sreenivasula, James B Adams. **Traditional and non-traditional treatments for autism spectrum disorder with seizures: an on-line survey.** *BMC Pediatrics*, 2011; 11: 37 DOI: [10.1186/1471-2431-11-37](https://doi.org/10.1186/1471-2431-11-37)

L'articolo si trova integralmente in rete al link

<http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1471-2431-11-37.pdf>

Il lavoro è il resoconto di una inchiesta on line fatta ai genitori attraverso alcuni siti web dedicati all'autismo. La metà dei genitori è stata reclutata attraverso il sito di ARI (Autism Research Institute), l'Istituto fondato da Bernard Rimland che promuove con grande enfasi molte terapie alternative.

Si tratta pertanto di una inchiesta che ha un certo interesse, ma non certo di una sperimentazione finalizzata a documentare l'efficacia di una terapia

Il lavoro, i cui limiti sono messi in luce dagli autori stessi, si potrebbe definire una ricerca post marketing degli effetti desiderati e indesiderati di farmaci in uso da molto tempo, inchiesta mirata ad una particolare categoria di pazienti: i bambini che hanno autismo ed epilessia.

A proposito dei limiti della ricerca gli autori dicono quanto segue:

«Nella nostra ricerca, ciascun trattamento viene studiato isolatamente, come se venisse somministrato sotto stretto controllo, e gli effetti che ne risultano possano venire attribuiti direttamente al trattamento.»

A molti bambini portatori di disturbi dello spettro autistico vengono prescritti trattamenti multipli; inoltre molte famiglie iniziano e/o interrompono i trattamenti senza consultare lo specialista che si occupa del loro bambino.

I dati ottenuti rispecchiano esclusivamente le percezioni dei genitori, e non sono stati documentati da professionisti qualificati.

Il nostro studio è soggetto a parecchie limitazioni, fra cui la potenziale soggettività delle persone sondate».

Vi sono contenute comunque notizie molto interessanti riguardo all'efficacia sulle convulsioni e agli effetti collaterali dei farmaci antiepilettici nei bambini con autismo

Chi ha risposto all'inchiesta on line:

Non è certo un campione statisticamente significativo, ma ha il pregio di essere abbastanza numeroso:

«Sono pervenute risposte riguardanti 733 bambini soggetti a convulsioni, e 290 controlli».

733 bambini con autismo ed epilessia e 290 bambini con autismo senza epilessia.

Le notizie date dai genitori sugli effetti desiderati e indesiderati dei farmaci antiepilettici tradizionali sono molto interessanti.

Copio alcuni stralci del lavoro:

«In genere, i farmaci anti-epilettici sono stati ritenuti efficaci per far diminuire le convulsioni, ma hanno fatto peggiorare altri fattori clinici nei bambini soggetti a convulsioni cliniche.»

L'acido valproico, il lamotrigine, il leveracetam e l'etosuximide sono stati ritenuti i più efficaci nel far migliorare le convulsioni, e i meno nocivi nel peggioramento di altri fattori clinici fra tutti i farmaci anti-epilettici. nei bambini soggetti a convulsioni cliniche. I farmaci anti-epilettici più vecchi tendono a presentare tassi più alti di effetti nocivi, particolarmente per quel che riguarda l'attenzione, il tono dell'umore e la cognizione.

Dato che i soggetti portatori di disturbi dello spettro autistico soffrono già di difficoltà di attenzione, disturbi dell'umore e della cognizione, la prescrizione di un farmaco anti-epilettico capace di causare effetti così nocivi potrebbe risultare

in un peggioramento di queste funzioni anche se le convulsioni vengono controllate. Ergo, lo scopo primario dello studio era quello di stabilire se esistono farmaci anti-epilettici più adatti all'uso in bambini portatori di disturbi dello spettro autistico.

Mediamente, i trattamenti nell'ambito dei farmaci anti-epilettici venivano percepiti come causa di peggioramento dei fattori clinici diversi dalle convulsioni (p.es. sonno, comunicazione, comportamento, attenzione e tono dell'umore).

Chiaramente, i farmaci anti-epilettici sono importanti nel trattamento delle convulsioni cliniche nei bambini portatori di disturbi dello spettro autistico, ma non sembrano venire considerati giovevoli nel trattamento di altri fattori clinici di comorbidità associati ai disturbi dello spettro autistico, come ad es. comunicazione, comportamento e tono dell'umore.

Sorprende alquanto che i farmaci anti-epilettici quali l'acido valproico e il lamotrigine non sono stati percepiti in senso più positivo nei confronti del tono dell'umore dei soggetti, in quanto entrambi questi farmaci sono prescritti anche come stabilizzatori del tono dell'umore nella depressione e nel disturbo bipolare.

Riguardo al gruppo con convulsioni subcliniche, i trattamenti con farmaci anti-epilettici non sono stati percepiti come capaci di migliorare significativamente i fattori cognitivi e comportamentali dipendenti dai disturbi dello spettro autistico. Ciò è risultato sorprendente, dato che alcuni dei farmaci anti-epilettici riferiti come usati in questo gruppo sono stati associati a miglioramenti nel linguaggio, nell'attenzione e nel comportamento di alcuni bambini aventi convulsioni subcliniche, in particolar modo di quelli portatori della sindrome di Landau-Kleffner e di attacchi subclinici epilettiformi».

Le notizie sugli effetti collaterali dei farmaci antiepilettici, che non hanno avuto nessuna eco sui media, sono molto utili. La sensibilità ai farmaci delle persone con autismo è del tutto particolare e non sorprende che gli antiepilettici, pure efficaci sulle convulsioni, possano peggiorare i sintomi stessi dell'autismo ed altri frequentemente associati, come la disattenzione. E' molto interessante la convergenza dei genitori su quattro farmaci antiepilettici che peggiorano meno degli altri i sintomi diversi dall'epilessia.

Il lavoro dà poi un resoconto delle percezioni dei genitori sugli effetti desiderati e indesiderati delle altre terapie, il cui elenco è lunghissimo.

Le tabelle elencano le terapie e la percentuale con la quale i genitori vi fanno ricorso. Tra un'infinità di terapie alternative c'è anche la dieta chetogenica e questa è la sola notizia che è stata riportata dai media.

Vediamo i dati alla fonte:

Nessuno dei bambini con autismo senza epilessia faceva questa dieta. Il 7 per cento e il 13 per cento rispettivamente dei bambini con epilessia clinica e epilessia subclinica, oltre all'autismo, (Clinical seizures and subclinical seizures) facevano questa dieta.

Copio qualche stralcio:

«Alcuni particolari trattamenti non antiepilettici, come la dieta chetogenica, sono stati percepiti come agenti di miglioramenti sia delle convulsioni sia di altri fattori cognitivi e comportamentali nei soggetti portatori di disturbi dello spettro autistico e convulsioni cliniche.

Uno dei trattamenti, la dieta chetogenica, è stata percepita come molto efficace nel migliorare le convulsioni in confronto ad altri trattamenti, sia con farmaci anti-epilettici che non, e come avente effetti positivi sul sonno, sulla comunicazione, sul comportamento e sul tono dell'umore.

L'etosuximide, che è un trattamento a base di farmaco anti-epilettico, e la dieta chetogenica che non lo è, hanno causato tassi lievemente più elevati di effetti avversi in confronto al trattamento senza farmaci anti-epilettici, oltre alla dieta chetogenica.

I trattamenti con farmaci anti-epilettici e le diete chetogenica e di Atkin, oppure di Atkin modificata, hanno avuto la tendenza a causare sonnolenza, stanchezza o affaticamento. Per la dieta chetogenica è anche risultato un tasso elevato di stitichezza e diarrea.

La dieta chetogenica può dar luogo ad effetti avversi, ad esempio una forte acidosi, che potrebbe costituire un pericolo nei bambini portatori di disturbi dello spettro autistico, in particolare quelli con condizioni metaboliche quali disturbi mitocondriaci. Quindi, la dieta chetogenica, così come le altre terapie, dovrebbe essere gestita da uno specialista con una notevole esperienza di terapie di questo tipo. Chiaramente, trattamenti di questo tipo richiedono ulteriori indagini nei soggetti portatori di disturbi dello spettro autistico e convulsioni».

Nella tabella numero 10 è riportato il numero degli effetti collaterali della dieta chetogenica: nel 27% un effetto collaterale; nel 13 % due effetti collaterali; nel 4% tre effetti collaterali; nell'8% un effetto collaterale grave; nel 2% tre effetti collaterali gravi.

In conclusione: una piccola percentuale di genitori riporta di utilizzare la dieta chetogenica con un effetto positivo sull'epilessia e su altri sintomi correlati con l'autismo.

La dieta è tutt'altro che esente da effetti collaterali anche gravi. Il tutto è riportato da genitori che, presumibilmente, fanno anche molte altre terapie per cui è molto difficile stabilire un rapporto causa-effetto sia con gli effetti desiderati che con quelli indesiderati.

Daniela Mariani Cerati