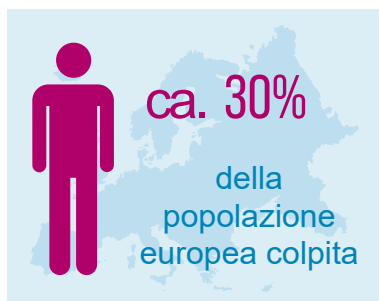




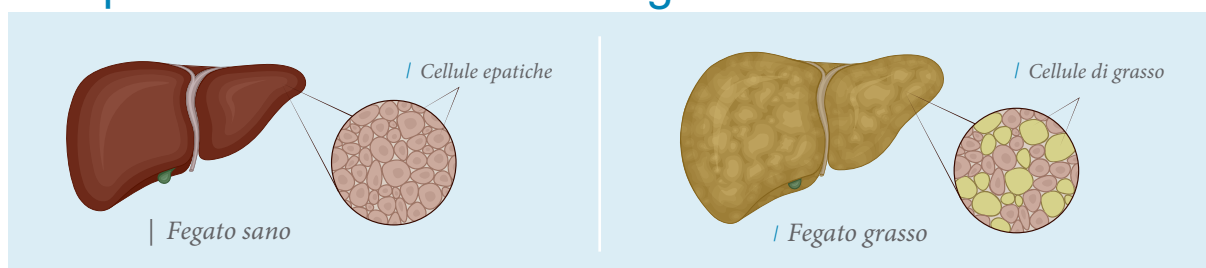
LA MALATTIA DEL FEGATO GRASSO

Si puo' avere la cirrosi senza bere alcolici!

Ecco come si potrebbe riassumere la malattia NAFLD in poche parole. Spiegazioni su questa malattia silente che sta guadagnando sempre più terreno. . / Ana Popov



Capire la differenza tra un fegato sano ed uno malato



Gli Omega-3 puri per combattere NAFLD

In Svizzera ne soffre il 25% della popolazione. Ciò significa che 1 persona su 4 ne è affetta, il che corrisponde a una prevalenza molto elevata. La prevalenza di NAFLD nei pazienti diabetici o obesi è superiore al 70%. Esiste un nuovo approccio alla gestione della NAFLD: gli Omega-3 puri al 90% altamente concentrati. Spiegazioni.

| **Dr. Stefano Bellentani, Gastroenterologo Lugano**

Quali sono i fattori di rischio della NAFLD?

Il diabete di tipo 2, le malattie cardiovascolari, un'iperlipidemia ed i disturbi metabolici, l'alimentazione, lo stile di vita e l'inquinamento ambientale (aria ed acqua potabile) sono le cause principali. Anche i fattori genetici giocano un ruolo.

Perché la diagnosi precoce è così importante? La NAFLD è reversibile?

Se la NAFLD viene diagnosticata in una fase iniziale, è reversibile nella maggior parte dei casi. Senza trattamento o misure preventive, la NAFLD generalmente progredisce nel modo seguente: prima nella malattia epatica cronica (cirrosi e carcinoma epatocellulare), poi nella malattia cardiovascolare ed infine nel cancro.

Cosa intende con "Il nuovo approccio alla gestione della NAFLD: Omega-3 puri al 90% ad alta concentrazione"?

Il trattamento standard della NAFLD consiste in un cambiamento nello stile di vita, una maggiore attività fisica con una dieta più sana, che può essere associata ad una psicoterapia comportamentale. Purtroppo questo approccio non funziona perché non è seguito dai pazienti. Nell'ultimo studio clinico che includeva l'integrazione di omega-3 nella dieta di pazienti con NAFLD (CONDIN, Nutrients, 2018), abbiamo visto che in un periodo di 6 mesi, vari parametri metabolici sono migliorati come la presenza di omega-3 nei globuli rossi, il rapporto omega 6 / omega 3, la riduzione dei trigliceridi epatici e lo stato della NAFLD.

Gli omega-3 sono tutti uguali?

Sfortunatamente, non tutti gli omega-3 sul mercato soddisfano le esigenze dei pazienti. La quantità di EPA e DHA in ciascuna capsula deve essere adeguatamente dosata. Dovrebbe essere proposto un omega-3 pharmagrade (alimento specializzato per scopi medici = FSMP). La maggior parte degli omega-3 ha un dosaggio inferiore di EPA e DHA e non ha la certificazione farmaceutica. Inoltre, non sono sufficientemente puri, contengono sostanze inquinanti (PCB 153 particolarmente dannose per i pazienti con NAFLD), sostanze tossiche, lipidi aggiunti ed un alto livello di ossidazione.

Esistono prove cliniche dell'effetto positivo degli omega-3 purificati?

Sono stati effettuati studi clinici (studio CONFIN, REDUCE-it, meta-analisi Musa-Veloso nel 2018 ecc.). Si rivolgono a diverse popolazioni di pazienti e mostrano i benefici degli Omega-3 nella dieta.

Qual è la dose giornaliera raccomandata di omega 3 puro per adulti e per i bambini?

Per i pazienti adulti NAFLD 3 grammi al giorno e per i pazienti pediatrici NAFLD 1,5 grammi al giorno per 6 mesi. (Confin, 2018).

I medici generici possono misurare i valori di grasso del fegato in modo non invasivo?

Il medico di base può facilmente calcolare l'indice di fegato grasso (FLI = Fat Liver Index) semplicemente utilizzando questi 4 parametri: GGT, trigliceridi, indice di massa corporea (BMI = Body Mass Index) ed il girovita. Il Fat Liver Index è ben correlato con il grasso epatico misurato mediante ecografia epatica o fibroscan o RM. È il modo più semplice per misurare il grasso del fegato che ora è convalidato in tutto il mondo.

Quali sono le vostre raccomandazioni per i pazienti e per i medici specializzati nel trattamento della NAFLD?

La NAFLD deve essere gestita con un approccio multidisciplinare (medici di famiglia, endocrinologi, nutrizionisti ed epatologi). L'obiettivo principale è cambiare lo stile di vita del paziente ed offrirgli una dieta adeguata. Molti studi dimostrano che una riduzione del 10% del peso corporeo aiuta a normalizzare gli enzimi epatici. Si raccomanda di assumere un integratore di omega-3 ed altri integratori alimentari quando ci si prende cura di pazienti affetti da NAFLD. Si consigliano le capsule 711 mg di Omega-3 (360 mg di EPA e 288 mg di DHA). Sono classificate come "FSMP (Food for Special Medical Purpose)", la loro efficacia è stata scientificamente provata in pazienti con NAFLD (studio CONFIN).

Come dovrebbe essere calcolato ed interpretato il FLI?

I quattro parametri più semplici per il calcolo del FLI sono l'indice di massa corporea (BMI), la circonferenza della vita (WC), i trigliceridi e le GGT. Un algoritmo (calcolatore FLI gratuito) è disponibile online.



- ✓ 90 % puro in EPA + DPA e Vitamina E
- ✓ Omega 3 altamente concentrato
- ✓ Gusto neutro
- ✓ Rafforzamento del sistema immunitario
- ✓ Clinicamente testato

PRIVO DI: agenti inquinanti, metalli pesanti, allergeni
Additivi, lipidi indesiderati. Senza ruttii

Il primo Omega-3 per la gestione della vostra dieta nella malattia del fegato grasso non alcolico!



Healthy Liver. Healthy Life.

* Dose giornaliera consigliato

*¹ Non-alcoholic fatty liver disease and risk of incident cardiovascular disease: A meta-analysis online 17 May 2016. Giovanni Targher, Christopher D. Byrne, Amedeo Lonardo, Giacomo Zoppini, Corrado Barbui

*² Nonalcoholic Fatty Liver Disease, The New Complication of Type 2 Diabetes Mellitus. Fernando Bril, MDa, Kenneth Cusi, MDa, Endocrinol Metab Clin N Am - (2016)



Ulteriori informazioni:
hepacor.ch

IDEOGEN IDEOGEN AG, Hurden/SZ