



COMUNICATO STAMPA

Roma, 14 settembre 2017

MENO SALE, PIÙ DIFESE CONTRO LE MALATTIE AUTOIMMUNI

Un gruppo di ricerca, diretto da Guido Valesini del Dipartimento di Medicina interna e specialità mediche, ha osservato la correlazione esistente fra l'apporto di sale nell'alimentazione e le malattie autoimmuni

L'eccessivo introito salino è sospettato da tempo di essere una delle possibili cause dell'aumentata incidenza delle malattie autoimmuni osservata negli ultimi anni, in quanto si è visto – in modelli animali – favorire l'attivazione di alcune cellule dotate di elevata attività infiammatoria (linfociti T-helper 17).

Partendo da questo presupposto, un gruppo di ricerca diretto da Guido Valesini, del Dipartimento di Medicina interna e specialità mediche, ha osservato la correlazione esistente fra l'apporto di sale nell'alimentazione e le malattie autoimmuni. Lo studio, appena pubblicato su Plos One, ha verificato come il sale contenuto nella dieta possa avere un effetto pro-infiammatorio nelle cellule del sistema immunitario di pazienti con artrite reumatoide e lupus eritematoso sistemico, due tra le malattie autoimmuni più frequenti.

Per capire gli effetti biologici del sale nei pazienti con malattie autoimmuni, i ricercatori hanno allestito uno studio di 5 settimane modulando l'introito di sale nella dieta. I risultati ottenuti hanno confermato l'intuizione iniziale: in tutti i pazienti è stata osservata una riduzione della frequenza dei linfociti proinfiammatori dopo le prime 3 settimane di dieta a basso contenuto di sale, cosiddetta "iposodica". E inoltre un successivo aumento dei linfociti è stato registrato alla fine dello studio, cioè dopo le 2 settimane in cui si aumentava l'introito salino, seppure entro la soglia dei 5 gr al giorno del regime normosodico stabilito dall'Organizzazione mondiale della sanità.

“Capire se un fattore modificabile come la dieta possa avere effetti su queste malattie è importante – spiega Guido Valesini – perché permetterebbe di avere a disposizione un'arma in più contro patologie autoimmuni, sia a livello terapeutico che di prevenzione nei soggetti a rischio per familiarità”.

Università degli Studi di Roma “La Sapienza”

CF 80209930587 PI 02133771002

Capo Ufficio Stampa: Alessandra Bomben

Addetti Stampa: Christian Benenati - Marino Midena - Barbara Sabatini - Stefania Sepulcri

Addetti Comunicazione: Valentina Alvaro – Danny Cinalli

Piazzale Aldo Moro 5, 00185 Roma

T (+39) 06 4991 0035 - 0034 F (+39) 06 4991 0399

comunicazione@uniroma1.it stampa@uniroma1.it www.uniroma1.it



Riferimenti:

The role of dietary sodium intake on the modulation of T helper 17 cells and regulatory T cells in patients with rheumatoid arthritis and systemic lupus erythematosus. Scivo R, Massaro L, Barbati C, Vomero M, Ceccarelli F, et al. (2017) *PLOS ONE* 12(9):e0184449. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0184449>

Info

Guido Valesini Dipartimento di Medicina interna e specialità mediche
E-mail: guido.valesini@uniroma1.it



Abbassa il sale, alza le difese contro le malattie autoimmuni

Secondo uno studio della Sapienza di Roma diete povere di sodio possono ridurre i linfociti proinfiammatori coinvolti in lupus e artrite reumatoide. Ottenendo risultati simili a quelli delle attuali terapie

di ANNA LISA BONFRANCESCHI



05 settembre 2017



NELLA PASTA, in insalate, salumi, pane, formaggio, ma anche nei prodotti in scatola, e persino in quelli dolci come i biscotti. Il sale - più o meno nascosto - è onnipresente, ma per la salute sarebbe meglio tenerlo a bada, ripetono da anni i medici. E non sfiorare la soglia dei 5 grammi al dì, come stabilito dall'Organizzazione mondiale della sanità (Oms), per ridurre il rischio di pressione alta, malattie cardiovascolari e ictus. Ma ridurre il sale potrebbe aiutare a tenere a bada anche il sistema immunitario e a spegnere

l'infiammazione tipica di malattie autoimmuni

come lupus e artrite. A suggerirlo è uno studio pubblicato oggi su *Plos One*, secondo cui la riduzione del sale potrebbe avere benefici addirittura paragonabili a quelli delle attuali terapie.

L'ipotesi. Il sospetto che il sale possa complicare l'andamento delle malattie autoimmuni esiste da tempo. Alcuni studi condotti su modelli animali predisposti allo sviluppo di artrite reumatoide e lupus eritematoso sistemico, per esempio, suggerivano che una dieta ricca di sodio accelerasse la comparsa delle malattie, che si presentavano anche in modo più grave. "Sia il lupus che l'artrite reumatoide sono malattie relativamente frequenti, con impatti devastanti sulla vita delle persone, poiché ci si sottopone a terapie pesanti a base di antiinfiammatori e immunosoppressori - racconta Guido Valesini, professore di Reumatologia della Sapienza di Roma - per questo ci siamo chiesti se un meccanismo analogo potesse essere presente anche nell'uomo: capire se un fattore modificabile come la dieta possa avere effetti su queste malattie è importante, perché permetterebbe di avere a disposizione un'arma in più contro patologie autoimmuni, sia a livello terapeutico che di prevenzione nei soggetti a rischio per familiarità".

Lo studio. Per capire se e come il sale contenuto nella dieta potesse avere effetti sulle malattie autoimmuni, i ricercatori hanno osservato cosa succedeva ad alcune cellule del sistema immunitario nei pazienti con artrite e lupus sottoposti a regime iposodico per tre settimane, e quindi normosodico per due settimane (attenendosi alle linee guida dell'Oms). "In particolare abbiamo monitorato due popolazioni linfocitarie, i linfociti T helper 17 e i linfociti T regolatori, i primi dotati di attività infiammatoria, i secondi con attività antiinfiammatoria", racconta Valesini. Dei pazienti reclutati solo 14 con artrite reumatoide e 15 con lupus eritematoso sistemico avevano aderito pienamente alla dieta, come mostrato dalla misurazione dell'escrezione di sodio nelle urine raccolte nell'arco delle 24 ore:

“Avevamo reclutato circa il 30% in più dei pazienti, ma le misurazioni nelle urine dimostrano quello che già sapevamo: aderire a una dieta iposodica non è semplice”, ricorda il medico.

Il risultato. Analizzando le popolazioni linfocitarie dei pazienti che avevano seguito le diete prescritte, i ricercatori hanno osservato che regimi iposodici facevano aumentare le popolazioni di linfociti T regolatori – con azione antiinfiammatoria - mentre diminuivano i T helper 17 – con azione proinfiammatoria. Il contrario avveniva invece dopo le due settimane trascorse in regime normosodico. “Quanto osservato rispecchia quello che sapevamo dalla letteratura: sulla superficie dei linfociti esiste un recettore che se mutato, in seguito all'interazione con il sale, induce uno squilibrio nelle popolazioni linfocitarie, predisponendo a patologie autoimmunitarie”, va avanti Valesini.

I prossimi passi. Cinque settimane però sono poche: “Si tratta di un tempo sufficiente per capire come rispondono biomarcatori come le cellule, ma per capire se i regimi dietetici possono influenzare gli aspetti clinici della malattia abbiamo bisogno di qualche mese”, spiega Valesini. Il prossimo passo quindi sarà quello di capire se gli indici di attività della malattia, elaborati a partire dagli esami sulle articolazioni, registrando per esempio il numero di articolazioni dolenti, tumefatte e compromesse a livello ecografico, possono essere modificate da interventi dietetici come la riduzione del sale.

Il futuro. Capirlo potrebbe rivoluzionare il trattamento di queste patologie. “Oggi le terapie più innovative a disposizione agiscono sui protagonisti della risposta immunitaria come quelli presi in esame nello studio – spiega Valesini – poter intervenire attraverso la dieta potrebbe avere un impatto importante”. Non solo a livello terapeutico: le patologie come l'artrite si sviluppano come risultato di una combinazione di

PUBBLICITÀ

inRead invented by Teads

fattori genetici e ambientali, quali il fumo: “Chi ha predisposizione genetica non necessariamente si ammala, è necessario che intervengano anche alcuni fattori ambientali: scegliere una dieta povera di sodio potrebbe funzionare come un intervento preventivo”, conclude Valesini.

[Mi piace](#) Piace a 3,4 mln persone. [Iscriviti](#) per vedere cosa piace ai tuoi amici.

GUARDA ANCHE

PROMOSSO DA TABOOLA

Puglia, ecco le 6 località dove preferiscono comprar casa gli stranieri
Aste Immobiliari

Lolita, l'orca lasciata a Miami in balia dell'uragano Irma

Cina, l'uomo più ricco d'Asia stupisce i dipendenti: sul palco come Michael Jackson

157721 404996 3541

sfoglia le notizie

Newsletter Chi siamo



Fatti Soldi Lavoro **Salute** Sport Cultura Intrattenimento Magazine Sostenibilità Immediapress Multimedia AKI

Sanità **Medicina** Farmaceutica Doctor's Life Salus tg Salus tv

Home . Salute . Medicina . **Lo studio, troppo sale deleterio per malattie autoimmuni**

Cerca nel sito

Lo studio, troppo sale deleterio per malattie autoimmuni

Responsabile di effetto pro-infiammatorio in cellule del sistema immunitario

MEDICINA

Mi piace 295

Condividi

Tweet

Condividi



Publicato il: 07/09/2017 18:59

Un regime alimentare ricco di sale è un'abitudine deleteria per il nostro organismo, e lo è ancor di più per chi soffre di malattie autoimmuni: il sale, infatti, è il responsabile di un effetto pro-infiammatorio nelle cellule del sistema immunitario di pazienti con artrite reumatoide e lupus eritematoso sistemico. E' quanto emerge da uno studio condotto dal gruppo di ricerca diretto da Guido Valesini, reumatologo dell'università La Sapienza e direttore della Uoc di Reumatologia del policlinico Umberto I di Roma.

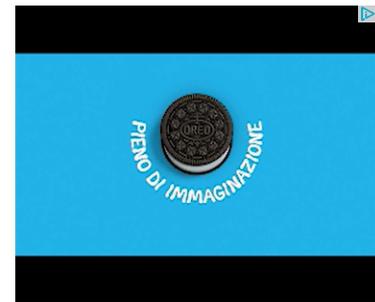
Il team si è basato su due studi che hanno dimostrato come, in modelli animali, il consumo di modeste quantità di sale favorisca l'insorgenza di malattie autoimmuni attraverso l'attivazione di alcune cellule, i linfociti T helper 17, dotate di elevata attività infiammatoria. Partendo da questi presupposti, lo studio ha esaminato per la prima volta gli effetti biologici del sale nei pazienti con malattie autoimmuni, valutando sia i linfociti T helper 17 che i linfociti Treg (regolatori), che contrastano l'azione pro-infiammatoria dei primi.

Per 5 settimane i ricercatori hanno modulato l'introito salino con la dieta, in modo tale da sottoporre i pazienti a una dieta a basso contenuto di sodio per le prime 3 settimane, seguita nelle ultime 2 da una normosodica (secondo le indicazioni dell'Oms, non più di 5 gr di sale al giorno). L'obiettivo - osservano gli esperti - era quindi quello di capire se i due differenti regimi dietetici potessero influire sul numero dei linfociti T helper 17 e Treg.

"L'aderenza alla dieta era un prerequisito irrinunciabile per ottenere risultati credibili - spiega Valesini - Pertanto, abbiamo applicato la metodica a oggi ritenuta più attendibile per valutare l'introito salino, cioè la misurazione dell'escrezione di sodio nelle urine raccolte nell'arco delle 24 ore. Considerando che 1 grammo di sale contiene 17 mEq di sodio, l'escrezione di sodio nelle 24 ore dovrebbe essere inferiore a 85 mEq in regime di dieta normosodica".

La metodica - sottolineano i ricercatori - ha consentito di identificare 14 pazienti con artrite reumatoide e 15 con lupus eritematoso sistemico che avevano aderito pienamente alla dieta: solo in questi sono stati valutati i linfociti T helper 17 e T regolatori prima dell'inizio della dieta, e poi ancora dopo 3 e 5 settimane.

I risultati ottenuti, dunque, hanno confermato l'intuizione iniziale: in tutti i pazienti è stata osservata una riduzione della frequenza dei linfociti T helper 17 dopo le prime 3 settimane di



Notizie Più Cliccate

1. Mamme in pensione prima, l'Inps dice no
2. Padre, madre e figlio morti in una Solfatara
3. Firenze, i nomi dei carabinieri accusati di stupro
4. "La bionda è africana", insulti razzisti contro velina di Striscia
5. Bimba respinta all'asilo, mamma chiama i carabinieri

Video



Terremoto: audizione comitati in Commissione speciale del Consiglio regionale del Lazio



Milano, spara dopo una tentata rapina: le immagini



Pippo Franco: "Meglio la prima Repubblica"

In Evidenza

dieta a basso contenuto di sale ed un successivo aumento alla fine dello studio, dopo le 2 settimane in cui si aumentava l'introito salino, seppure entro i limiti di un regime normosodico.

Le cellule T regolatorie, caratterizzate da una attività anti-infiammatoria, mostravano invece un comportamento opposto: aumentavano nelle prime 3 settimane per ridursi nelle ultime 2. Al termine delle 5 settimane dello studio - evidenziano gli esperti - è stata osservata anche una riduzione, rispetto al basale, dei livelli di alcune molecole note per la capacità di amplificare la risposta infiammatoria nei pazienti con malattie autoimmuni.

"I risultati del nostro studio - sottolinea Valesini - suggeriscono che l'adozione di uno stile di vita associato a una dieta a basso contenuto di sale possa contribuire a spegnere la risposta infiammatoria nei pazienti con malattie autoimmuni". L'eccesso di sale si configura quindi come un fattore di rischio modificabile nella gestione di queste patologie. "E' allarmante - conclude il reumatologo - che i livelli relativi all'escrezione di sodio con le urine riscontrati prima dell'inizio dei due regimi dietetici fossero di gran lunga superiori al limite di 85 mEq". Una riflessione, concludono i ricercatori, che si traduce in un monito a modificare lo stile di vita, e in particolare la condotta alimentare.

Mi piace 295 [Condividi](#) [Tweet](#) [Condividi](#)

TAG: [Umberto I](#), [Università Sapienza, Roma](#), [Reumatologia](#), [sale](#), [malattie autoimmuni](#), [sistema immunitario](#), [artrite reumatoide](#), [lupus erimatoso sistemico](#), [Guido Valesini](#), [linfociti T helper 17](#)

Potrebbe interessarti



SUV con il migliore rapporto qualità prezzo: la classifica (Suv)



Scoperto rimedio contro la cellulite, la soluzione era il caffè (Healthweb)



Il secondo dito è più lungo dell'alluce? Ecco cosa significa (Supereva)



Garlasco, i Poggi chiedono il conto a Stasi: un milione di



Nuovo deposito per reti e attrezzi di pesca, libera la banchina di Fiumicino



Sorrento, ubriaco picchia e stupra 87enne



Aveva l'amante e picchiava moglie e figli, arrestato 50enne



Troppi soldi in banca: ecco cosa rischi



Bollette, occhio alla 'truffa del POD'



Lav, il recupero dei macachi destinati alla ricerca



Tonno Callipo una storia che arriva dal mare

shop.callipo.com

Commenti

Per scrivere un commento è necessario registrarsi ed accedere: [ACCEDI](#) oppure [REGISTRATI](#)



'Sei in un Paese meraviglioso'



Inedita Energia 2017-Viaggio in Africa



Dal Kimchi al Gochu-jang, la tradizione culinaria coreana è slow



Asma, il vissuto e la qualità di vita dei malati



Rapporto Coop 2017



Dolore muscolo-scheletrico compagno fisso per 6 italiani su 10



57° Salone Nautico di Genova

Raccomandato da



'Diritti in Salute' di Altroconsumo



Arte, cultura e politica nel centro di Roma con Spazio Mastai rinnovato

Seguici



157721



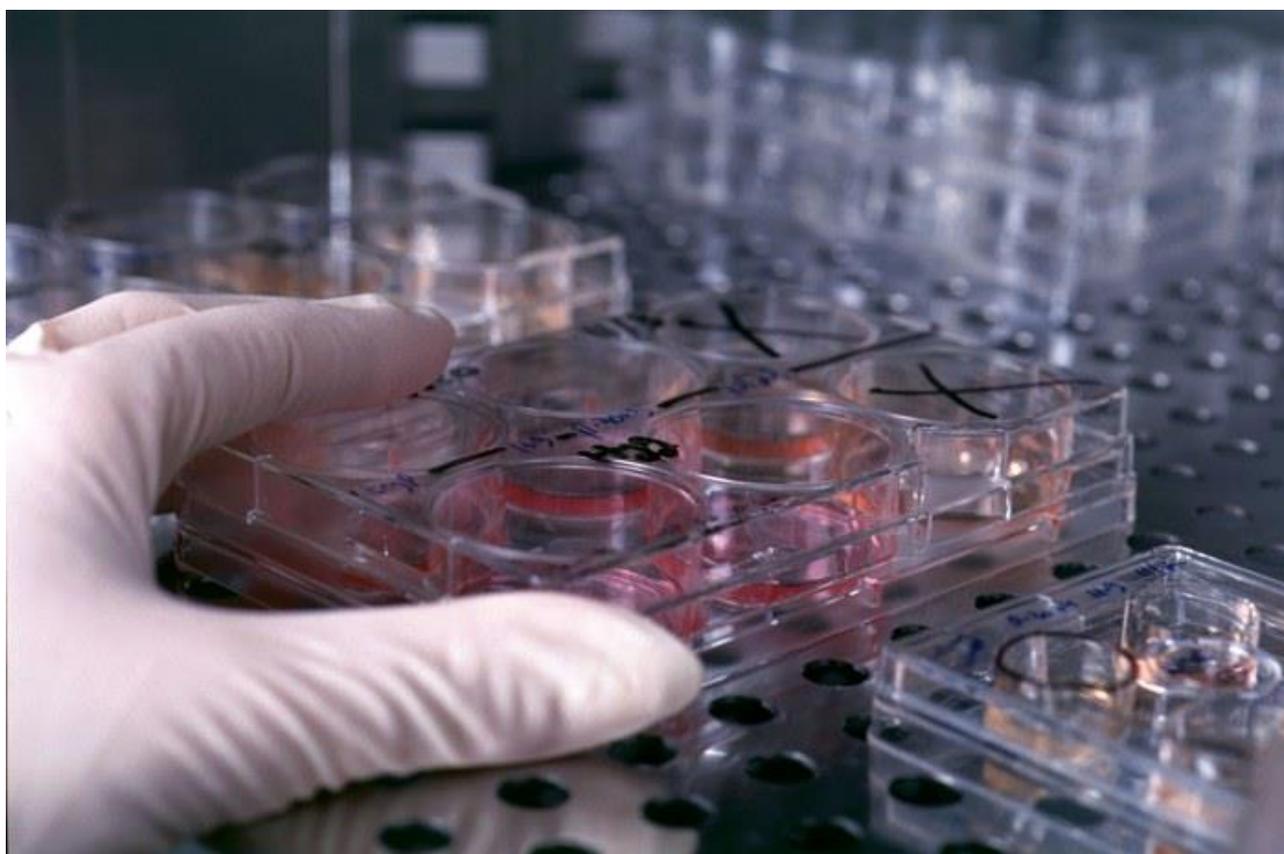
404996



3541



Malattie autoimmuni: rilevato legame con le comuni infezioni virali



Un legame finora sconosciuto fra malattie autoimmuni e comuni infezioni virali come l'herpes, e' stato individuato da scienziati dell'University of Western Australia e dal Lyons Eye Institute di Perth. Lo studio, guidato dall'oftalmologa Maria Pia Degli Esposti, che si e' concentrato sulla sindrome di Sjogren, ha scoperto che infezioni virali croniche possono portare a malattie autoimmuni. La sindrome di Sjogren e' la forma piu' comune di tali malattie, che causa l'effetto di 'occhio asciutto' e colpisce fino al 3% della popolazione, principalmente donne. La ricerca, pubblicata sulla rivista Immunity, ha dimostrato che l'infezione cronica di citomegalovirus (Cmv), parte della famiglia dell'herpes, puo' causare la sindrome di Sjogren. Nelle persone sane la Cmv causa solo lievi sintomi influenzali, ma in soggetti con sistemi immunitari compromessi puo' causare malattia grave.

Fino all'80% della popolazione nei paesi sviluppati e' infettata con Cmv, che puo' far scattare l'autoimmunita'. Si spera ora che i risultati possano essere estrapolati ad altre condizioni come diabete e artrite reumatica, scrive Degli Esposti. "Alcuni dei percorsi meccanicistici che abbiamo identificato potranno essere simili in altre condizioni autoimmuni". La ricerca e' importante perche' nell'identificare una causa della sindrome di Sjogren, e' stata anche scoperta una funzione finora sconosciuta di una popolazione di cellule immuni. "Questo potra' essere importante per comprendere il fenomeno generale dell'autoimmunita'", aggiunge la studiosa. Degli Esposti sottolinea il ruolo cruciale della predisposizione genetica. "E' importante comprendere che una comune infezione virale puo' essere completamente innocua, mentre con un background genetico appropriato questi virus possono far scattare l'autoimmunita'", spiega. "Il background genetico e' essenziale nello sviluppo dell'autoimmunita' ed e' una componente chiave della malattia". Forme gravi di malattie autoimmuni sono generalmente trattate con farmaci immunosoppressivi e si spera che le nuove conoscenze portino allo sviluppo di trattamenti piu' mirati, conclude.