

DA «LANCET NEUROLOGY» Uno studio inglese dimostra che la dieta può portare a una diminuzione del 38%

Bambini epilettici, meno attacchi mangiando meno carboidrati

Per ora si usa solo nei casi in cui i pazienti non rispondono alle terapie

■ di Luca Borsato

Una dieta speciale a basso contenuto di carboidrati diminuisce mediamente del 38% gli attacchi epilettici nei bambini. A questa conclusione è giunta Helen Cross, dell'Institute of Child Health all'University College di Londra, in uno studio pubblicato sulla rivista *Lancet Neurology*.

Precedenti studi avevano già suggerito ai ricercatori l'ipotesi che una dieta ketogenica (a basso contenuto di carboidrati) potesse avere questi risultati sui soggetti epilettici. Tuttavia, la ricerca di Helen Cross rappresenta il primo studio randomizzato e controllato sull'effettiva efficacia di queste diete nell'attenuazione degli attacchi epilettici, offrendo quindi conclusioni molto più rigorose.

Per i bambini epilettici l'unica speranza è quella di ricorrere alla somministrazione regolare di farmaci. Per alcuni di essi però nemmeno i farmaci funzionano. Cross ha condotto il suo studio al Great Ormond Street Hospital di Londra su un campione di 145 bambini epilettici con un'età dai due ai sedici anni. Tutti i ragazzi soffrivano di una forma grave di epilessia con uno o più attacchi al giorno. Non rispondevano ad almeno due farmaci epilettici e non avevano partecipato a ricerche analoghe in precedenza. A circa la metà di questi bambini è stata assegnata una dieta ketogenica con una minima quantità di proteine. La quantità di grasso non veniva invece considerata e poteva quindi variare liberamente. Gli altri bambini fungevano da gruppo

di controllo e continuavano a essere nutriti con una dieta normale.

Dopo tre mesi, Cross ha osservato che nel gruppo a dieta la frequenza degli attacchi epilettici si era abbassata al 62%, mentre invece nel gruppo di controllo era addirittura salita di quasi il 37%, con una differenza tra i due gruppi di ben 75 punti percentuali. Ventotto bambini del gruppo dietetico hanno mostrato una riduzione della frequenza di attacchi del 50%, comparati a soli quattro bambini nel gruppo di controllo. Altri 5 bambini del gruppo dietetico hanno invece mostrato una riduzione degli attacchi addirittura del 90%.

La ricercatrice ha comunque osservato che in questi tre mesi, oltre agli effetti positivi, la dieta ha mostrato anche alcune controindicazioni come la comparsa di stitichezza, vomito, indebolimento e fame. Il regime dietetico a basso contenuto di carboidrati non può essere quindi con-

siderato la panacea per tutti i mali delle persone epilettiche. «Oggi questo è un trattamento riservato solo ai soggetti che risultano farmacologicamente intrattabili, ma per ora solo pochi centri sono attrezzati per offrirlo in modo adeguato», ha spiegato Cross. Secondo la ricercatrice, i genitori dovrebbero considerare la possibilità di provare la dieta sui propri figli, ma solo dopo aver consultato il dietologo. «I bambini si trovano in una fase di sviluppo importante e quindi necessitano di una corretta quantità di calorie. Per questo un monitoraggio continuo è necessario».

