



La disbiosi intestinale nella diabetesi

Dott. P. Putignano

Il rapporto tra diabete, insulino-resistenza e microbiota è un argomento molto vasto, ad oggi sono tante le evidenze che dimostrano come i batteri del microbiota correlano con i disturbi metabolici.

La disbiosi o la non corretta costituzione del microbiota intestinale, comporta una riduzione della barriera intestinale e della detossificazione dalle sostanze esogene.

Le recenti acquisizioni concludono che nel paziente con sindrome metabolica o DMT2 c'è un aumento della quota di patogeni Gram-negativi e una riduzione della biodiversità rispetto al soggetto sano. Di conseguenza si ha una riduzione delle TJ e una maggiore permeabilità delle lipoproteine di membrana (LPS) dei Gram-negativi.

L'infiammazione sub-clinica che ne deriva altera in maniera diretta e indiretta i parametri metabolici con aumento dell'insulino-resistenza, dell'adiposità, del Col TOT e LDL e di conseguenza un aumento del rischio cardio-vascolare.

L'altro aspetto da considerare è che anche i disordini metabolici contribuiscono ad una disbiosi del microbiota intestinale. Il grasso viscerale, infatti, produce citochine pro-infiammatorie che impattano sul microbiota in maniera negativa.

Si viene a creare così un circolo vizioso: disordini metabolici – disbiosi – alterazioni del metabolismo.

Nello studio *The intestinal microbiome is a co-determinant of the postprandial plasma glucose response* i ricercatori hanno osservato che la glicemia postprandiale correla inversamente con la conta dei bifidobatteri, quindi questa specie batterica sembrerebbe avere un effetto protettivo nei confronti dell'insulino-resistenza.

Oltre ai bifidobatteri, anche l'uso di fibre può essere un valido aiuto sia nel controllo glicemico che nella disbiosi associata al soggetto con disordini metabolici.

I botanici rappresentano un'arma importante sia dal punto di vista disbiosi che nel metabolismo.

Nello studio *Gut microbiome-related effects of berberine and probiotics on type 2 diabetes* viene dimostrato come la berberina svolga un ruolo fondamentale nel controllo lipidico e di come questa sostanza influisca positivamente sul microbiota intestinale, riducendo i Gram-negativi e riducendo la permeabilità intestinale, soprattutto se associata a probiotici.

L'alimentazione rappresenta il primo elemento in grado di modulare disbiosi e disturbi metabolici e quando una corretta alimentazione non basta si può prendere in considerazione l'uso di fibre possibilmente idrosolubili, di probiotici a base di bifidobatteri e di berberina associata alla silimarina per aumentarne l'assorbimento.