

Dietoterapia nell'acne vulgaris con la dr.ssa Boni

Questa patologia è considerata una malattia cronica che colpisce principalmente le zone localizzate sul viso, sulla schiena e sul petto. La patogenesi è multifattoriale e alla base c'è una problematica di tipo infiammatorio che colpisce soprattutto durante l'adolescenza, ma può persistere o svilupparsi ex novo anche in età adulta.

Glucidi

Questa classe di macronutrienti non è affatto nociva per la pelle di chi soffre di acne, ma potenzialmente dannoso potrebbe averlo l'indice glicemico.

Fibra

Il suo ruolo nella fisiopatogenesi dell'acne non è stato ancora sufficientemente chiarito dagli studi presenti in letteratura scientifica.

Proteine

La fonte di proteine sconsigliata in questa patologia dagli studi scientifici disponibili sono i latticini, principalmente il latte. Sono state formulate diverse ipotesi sul meccanismo per cui questo alimento potesse avere effetti nocivi sulle manifestazioni cutanee della malattia.

Lipidi

L'alto contenuto degli acidi grassi saturi in particolare di acido palmitico nella dieta porta ad una influenza positiva sulle interleuchine e di conseguenza allo sviluppo di infiammazione cutanea ed ad un aumento delle secrezioni di sebo. Quindi l'indicazione in questa patologia è quella di ridurre il più possibile il contenuto della dieta degli acidi grassi saturi inclusi gli acidi grassi trans.

dr.ssa Boni Sara

Dietista con laurea magistrale in Nutrizione umana, benessere e salute e che ora opera nella provincia di Cesena

NC Podcast

NC Podcast è una serie podcast che aiuta i clinici a tenersi sempre aggiornati su temi riguardanti la nutrizione clinica alla luce delle evidenze disponibili. Questa serie vuole fornire strumenti che possano andare ad ottimizzare la pratica clinica quotidiana.