

# 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.