

## MALATTIE

Sei in [kwsalute](#) > [Malattie](#) > la notizia

### La Notizia -

## Intestino pigro, un problema per 13 milioni di italiani

Adele Sarno

Non è una malattia ma un disturbo molto diffuso. In Italia infatti 13 milioni di persone soffrono a causa dell'intestino pigro, di questi nove milioni sono donne e quattro uomini. Uno degli effetti di questo disturbo è la cattiva qualità della vita e così per sentirsi meglio chi soffre di stipsi è costretto a ricorrere ai lassativi. Ogni anno si spendono oltre 500 milioni di euro per acquistare questi farmaci ma spesso non risolvono anzi aggravano il fastidioso problema fino a cronicizzarlo. "È una patologia vera e seria, molto stressante che incide negativamente sulle attività quotidiane delle persone che ne sono colpite – spiega il professor Antonio Longo, presidente della Siucp, Società Italiana Unitaria di Colonproctologia -. Chi è affetto da questo problema però deve prenderne atto e curare il disturbo seriamente per riconquistare il benessere quotidiano".

**I sintomi della stipsi.** La stitichezza comprende una grande varietà di disturbi della defecazione anche se alcuni medici la identificano solo come un'evacuazione infrequente. In realtà un comitato di esperti ha stabilito che il termine di stitichezza cronica indica un periodo di almeno 12 settimane, anche non consecutive e distribuite nel corso dell'ultimo anno, durante le quali si presentano almeno due dei sintomi della stipsi. "Ovvero: meno di tre evacuazioni la settimana, un prolungato sforzo per evacuare, emissione di feci dure, sensazione di evacuazione insoddisfacente, sensazione di ostacolo anorettale, necessità di manovre manuali per facilitare la defecazione".

**Le cause.** A originare il problema ci sono vari motivi. Una funzione intestinale del tutto normale può improvvisamente andare incontro a un periodo di stipsi in varie situazioni: in viaggio, a causa di una malattia, dopo un prolungato periodo di inattività o anche per l'assunzione di determinate medicine. "Le cause principali però possono riguardare sia primitivamente l'intestino o essere patologie di altri organi e apparati che secondariamente coinvolgono l'intestino – continua Longo -. A seconda della causa si distinguono due tipi di stipsi: un rallentamento del transito intestinale o un disturbo del meccanismo della defecazione". La prima determina anche un maggior assorbimento di acqua dalle feci e dunque l'evacuazione di feci piccole e dure che riducono la distensione, la stimolazione rettale e risultano difficili da espellere. Mentre chi è stitico per un mal funzionamento intestinale alla lunga "sviluppa un rallentato transito che può influire anche sul colon, determinandone un allungamento".

**Alimentazione e movimento, due soluzioni al problema.** La soluzione della stipsi cronica però si trova rieducando la propria alimentazione o facendo movimento. "La dieta – aggiunge Longo – ha sempre avuto una notevole considerazione tra le cause di stipsi. Mangiare male significa non favorire adeguatamente le proprie funzioni organiche. Importante dunque una dieta ricca di fibre, in cui si beve molto, ovvero almeno due litri di acqua al giorno". Inoltre nei soggetti normali l'evacuazione è associata a rilasciamento della muscolatura liscia dello sfintere anale interno, di quella striata del muscolo puborettale e dello sfintere esterno. In alcuni soggetti tali muscoli si contraggono piuttosto che rilasciarsi causando così la stitichezza. Così un po' di movimento aiuta a risolvere il disturbo".

**La chirurgia per risolvere alla stipsi: la procedura S.T.A.R.R.** "Una soluzione è la procedura Stapled Trans Anal Rectal Resection - Prolassectomia con stapler eseguita per via trans anale (S.T.A.R.R.) e consente di asportare i tessuti che ostacolano la defecazione rimuovendoli attraverso l'ano, senza incisioni chirurgiche, e di ricostruire un retto anatomicamente normale. L'operazione dura 20-30 minuti e non necessita di anestesia generale". Dopo l'intervento, conclude Longo, la quasi totalità dei pazienti riduce drasticamente o smette di utilizzare lassativi e clisteri, osservando una significativa riduzione della sensazione di evacuazione incompleta, del dolore e dei tempi di defecazione. Si tratta di un'operazione poco invasiva ed efficace. Il paziente non è obbligato ad interrompere l'alimentazione e in pochi giorni può riprendere le sue normali attività. "L'operazione non comporta rischi. Le complicazioni più comuni sono date dall'urgenza defecatoria e da leggere emorragie".

12 Gennaio 2009