

Milano, 9 febbraio 2018 (notte)

Alla gentile Attenzione di Adriano Panzironi (quarta puntata, mio malgrado, e spero ultima)

Gentilissimo Sig. Panzironi

Ho controllato nell'anagrafe dei professionisti italiani iscritti agli ordini dei medici trovando dodici colleghi con il cognome Piemonte, però nessuno di nome Lorenzo. Quindi, peccando di un eccesso di zelo e presunzione, interpreto l'incipit di una sua lettera come rivolta a me, presupponendo la presenza di un errore di distrazione causato forse da un basso livello del suo glucosio plasmatico.

Le confesso che il venerdì sera, in genere, dedico il mio tempo ad attività ludiche, stile partita a calcetto con amici, un film di fantascienza o partita a Zombicide con i miei figli. Non mi sarà difficile quindi ritagliare un po' di tempo nel risponderle.

Devo dire che è riuscito a mettere in discussione una mia convinzione profonda. Ho sempre creduto nella statistica per cui diciamo che davanti a una scelta binaria, stile vero o falso, mi aspetto che se uno sa la risposta giusta ha il 100% di possibilità di azzeccarla, se uno non la sa e tira a caso, ha comunque il 50% di probabilità di azzeccare la risposta giusta. Mi è quindi inspiegabile come sia possibile non azzeccare nove affermazioni su nove, perché almeno per la legge del caso mi sarei aspettato un 4 vs 5 o, al limite, 3 vs 6. Ad ogni modo non è mia intenzione rispondere analiticamente a ogni punto, perché lo trovo noioso e francamente inutile. Però voglio provare con la strategia dello shock, cioè darle delle informazioni, poche ma che possano riattivare in lei l'emisfero cerebrale sinistro, quello deputato al pensiero analitico e logico che evidentemente è in uno stato d'ipoglicemia selettiva.

1) Non ci crederà mai, ma la medicina (ufficiale come la chiama Lei, scientifica come la chiamo io) classifica la prevenzione del diabete di tipo 1 in primaria, secondaria e terziaria. La primaria è diretta a soggetti che non hanno segni di autoimmunità o alterato metabolismo, ma semplicemente una predisposizione (che per il tipo 1 è genetica). Siccome in questa popolazione non si ha nessuna certezza di sviluppare il diabete di tipo 1, qualsiasi intervento deve essere in primis privo di rischi, soprattutto perché rivolto a bambini anche molto piccoli. Di conseguenza sono stati fatti studi per valutare la comparsa degli autoanticorpi in questi soggetti, tutti studi di prevenzione primaria basati sulla modificazione della dieta, con l'intenzione di interrompere un

presunto evento ambientale scatenante l'autoimmunità. Incredibile ma vero, chi l'avrebbe mai detto che a cavallo della fine degli anni '80 e l'inizio degli anni '90, mentre Lei investiva la sua crescita professionale come corrispondente speciale per il TEMPO al torneo di tennis "lo scolapasta d'oro" organizzato dal compianto Ugo Tognazzi (lui sì un raffinato comico), in più di un gruppo di ricerca nel mondo si progettava di capire come modificare la dieta per prevenire la comparsa dell'autoimmunità nel diabete di tipo 1. Lei ci è arrivato qualche decennio dopo ma meglio tardi che mai. Sfortunatamente allora come ora un fattore di rischio specifico inequivocabilmente associato alla comparsa dell'autoimmunità non c'era e di conseguenza si è provato con un certo numero d'ipotesi tra cui l'introduzione del latte vaccino (Studio TRIGR), l'insulina presente nel latte vaccino (studio FINDIA), il glutine (studio BABYDIET), omega 3 (studio NIP), Vitamina D (diversi studi tra cui PREVEFIN e DAISY), per ricordare quelli più rilevanti in termini di numero. Al momento nessuna evidenza consistente di prevenzione è emersa, ma la comunità scientifica mondiale lavora a nuove ipotesi. Sono a dirle che però Life 120 non rientra tra le ipotesi più gettonate, al momento. Ce ne faremo una ragione. Sa, sono studi complicati che coinvolgono centinaia o migliaia di soggetti e durano anni...

2) Non ci crederà mai ma pensi che lo screening e la ricerca degli autoanticorpi nei famigliari dei pazienti con diabete di tipo 1 si fa. Ancora più incredibile chiunque può partecipare e a costo zero per il paziente. Si chiama Trialnet è finanziato da NIH e se è interessato a mandare qualcuno alla nostra attenzione lo può fare semplicemente guardando la procedura in questo sito <http://dri.hsr.it/trialnet/>

3) Adesso sono un po' in crisi perché non so se può reggere a questa notizia. Passiamo al diabete di tipo 2. So che ha un'atavica paura dei carboidrati insulinici, come li chiama Lei, che credo come il vaso di pandora rappresentano nel suo immaginario l'origine di tutti i mali. Ma devo dirle un segreto: non solo i carboidrati fanno secernere l'insulina...anche le proteine per esempio attraverso alcuni aminoacidi insulinogenici. Per cui, anche se non si alza la glicemia, ugualmente la carne, il pesce e i formaggi presentano un indice insulinico superiore a quello della pasta, poiché anche l'introduzione di proteine o aminoacidi richiede l'intervento dell'Insulina per gestire tali nutrienti. Non me la sento di andare oltre e spiegarle che la conoscenza dell'immunologia è divenuta molto più complessa e il paradigma Th1/Th2 è un po' vecchio e ora è integrato da molte altre popolazioni tra cui le Treg e non so per esempio le cellule alfa che possono addirittura trasformarsi in cellule beta etc...

A questo punto però non posso esimermi da darle un dolore. Caro Panzironi, c'è chi osa di più, 120 anni sono troppo pochi, si può fare di più. La concorrenza spinge e grazie alla medicina matabolomica abbiamo un nuovo limite...ebbene sì 150 anni. Mi sa che se non rilancia con un 160 anni mi perde il mercato...ci pensi può farcela magari aumentando un po' la dose di chiodi di garofano o la curcuma... s'inventi qualcosa insomma...

Siccome è stato così gentile di essere stato breve nella sua risposta (non l'ho presa come una

scortesie, anzi...) chiudo anch'io qui permettendomi come sempre un paio di consigli. Non si preoccupi per la mia presunta predilezione per la dieta mediterranea; non ci crederà ma seguo con molta attenzione la letteratura, quella vera intendo, che sta studiando le possibili virtù di altri regimi alimentari. Si deve concentrare piuttosto a spiegare la funzione dei suoi integratori poiché come riportato su tutti i prodotti, seppur in fondo e in piccolo "...LIFE 120 è uno stile di vita e l'integrazione non può essere considerata curativa."

Secondo, sa... lei può fare molti soldi e avere una certa popolarità, io posso anche giocare una partita in meno a Zombicide il venerdì sera, ma in mezzo ci sono molte persone che le malattie che la medicina secondo Panzironi definisce come curabili o prevenibili, a seconda del caso, le vive in prima persona. Nessuno ha il diritto di giocare sulle loro speranze e sulla loro fragilità.

Lorenzo Piemonti

PS

Mi stavo dimenticando una cosa. Lo stato al mondo con la più alta incidenza di diabete di tipo 1 è la Finlandia, la cui popolazione è famosa per seguire una stretta dieta mediterranea... tutto il resto è noia.