

Gli effetti della dieta biologica mediterranea italiana (IMOD) sullo stato di salute

([A De Lorenzo](#)¹, [Un Noce](#), [M Bigioni](#), [V Calabrese](#), [D G Della Rocca](#), [N Di Daniele](#), [C Tozzo](#), [Laura Di Renzo](#))

Obiettivo: Lo scopo di questo studio è stato quello di verificare gli effetti della Dieta Mediterranea Italiana (IMD), composta da alimenti biologici rispetto a quelli convenzionali, sulla composizione corporea e sui parametri biochimici in individui sani e in pazienti con Malattia Renale Cronica (CKD), al fine di ridurre il fattore di rischio per le malattie cardiovascolari (CVD) e la progressione delle malattie renali.

Disegno: Dopo aver fornito un consenso scritto pienamente informato allo studio, sono stati reclutati 150 uomini italiani caucasici: 100 individui maschi sani (età media 44,66+/-13,98 anni; range 30-65 anni) e 50 pazienti maschi con CKD (età media 46,25+/-5,97 anni; range 42-54 anni). Questi pazienti erano affetti da stadio 2 e 3 di insufficienza renale cronica secondo il K-DOQI 2003. L'assunzione alimentare abituale e l'attività fisica, durante i 12 mesi precedenti, sono stati stimati mediante un questionario semiquantitativo sulla frequenza alimentare. I seguenti sono stati misurati al basale e dopo il consumo di IMD convenzionale/organico di 14 giorni: indice di massa corporea (BMI), composizione corporea, mediante scanner di assorbimetria Dual-X (DXA), omocisteina plasmatica totale (tHcy), fosforo sierico, concentrazioni di glicemia, profilo lipidico e microalbuminuria.

Risultati: Nei soggetti studiati è stata osservata una riduzione significativa dei valori ematici di omocisteina totale (tHcy) e fosforo. L'analisi della composizione corporea mediante DXA ha evidenziato elevate differenze significative tra la dieta convenzionale (T(0)) e la dieta biologica (T(1)) per il parametro della massa grassa, espresso in chilogrammi e in percentuale ($p < 0,001$). Un miglioramento della massa magra è stato osservato nei pazienti con CDK ($p = 0,004$).

Conclusioni: Il nostro studio dimostra chiaramente che la Dieta Biologica Mediterranea Italiana (IMOD), secondo la "dieta Nicotera", è stata in grado di ridurre i livelli di tHcy, fosforo, microalbuminuria e il rischio di CVD in individui sani e in pazienti con CDK.