



Autismo: dieta ha effetti modesti sui sintomi

Da un'ampia meta-analisi appena pubblicata su *Pediatrics*, che ha valutato gli interventi dietetici usati nel trattamento dei disturbi dello spettro autistico (ASD) nei bambini, emerge che l'aggiunta di omega-3 e integratori vitaminici è più efficace del placebo nel trattamento di alcuni sintomi tipici dell'ASD. «Tutti i tipi di interventi dietetici si sono rivelati più efficaci del placebo, ma l'effetto benefico è molto limitato. Ciononostante, questi risultati suggeriscono un ruolo potenziale per alcuni interventi nutrizionali mirati nella gestione di certi sintomi dell'ASD», afferma il primo autore della review **David Fraguas**, del Dipartimento di psichiatria infantile e dell'adolescenza all'Ospedale generale universitario Gregorio Marañón di Madrid, spiegando che gli interventi nutrizionali sono comunque adottati da molte famiglie per curare l'ASD. «Tuttavia, le prove di efficacia di gran parte di essi restano limitate e controverse». Per chiarire l'effetto della dieta sui sintomi nei soggetti affetti da ASD i ricercatori hanno analizzato

27 studi clinici randomizzati, osservando che l'integrazione alimentare con nutrienti quali omega-3 e vitamine risultava significativamente più efficace rispetto al placebo nel trattamento di numerosi ambiti clinici, tra cui ansia, impulsività e comportamenti ripetitivi.

L'editoriale di accompagnamento di **Zachary Warren**, del *Vanderbilt Treatment and Research Institute for Autism Spectrum Disorders*, Nashville, getta acqua sul fuoco: «I risultati sono limitati dall'eterogeneità metodologica degli studi, che oltre a un'ampia variabilità in termini di dose di intervento, misure di esito, tempo di follow-up e caratteristiche del campione, spesso non hanno valutato la presenza di deficit nutrizionali di base. Per i medici, questi risultati suggeriscono che ci sono poche prove a supporto dell'uso di integratori alimentari o terapie dietetiche per i bambini con ASD: una conclusione del resto confermata da altre revisioni e meta-analisi». *Pediatrics*. 2019 Nov