Troppi falsi miti sulla stipsi cronica

Data 24 gennaio 2005
Categoria gastroenterologia

La stipsi cronica è una condizione comune che preoccupa i pazienti, ma non è pericolosa e sulla quale medici e pazienti forse devono rivedere alcune convinzioni.

La stipsi è una delle cause più frequenti di pertinenza gastroenterologica che porta i pazienti a richiedere una consulenza medica. Alcuni autori si sono presi la briga di analizzare gli studi esistenti in materia. Queste sono le principaliconclusioni:
1) non c'è nessuna prova che la stipsi sia dannosa perchè provoca una "autointossicazione" (assorbimento di sostanze tossiche dalle feci che ristagnano nel colon)
2) il dolicocolon non è una causa di stipsi
3) il ruolo degli ormoni sessuali nel causare stipsi è controverso, probabilmente minimo, anche se durante la gravidanza le variazioni ormonali possono essere responsabili di un rallentamento del transito intestinale.
4) l'ipotiroidismo è una causa rara di stipsi
5) una dieta povera di fibre probabilmente non causa stipsi; è vero che alcuni pazienti possono beneficiare da un aumento delle fibre nella dieta, ma è anche vero che soggetti con forme severe di stipsi peggiorano quando aumentano l'introito di fibre
6) non ci sono prove che l'aumento dell'introito di liquidi migliori la stipsi
7) alle dosi comunemente usate i lassativi di tipo stimolante non sono pericolosi e anche in chi li usa cronicamente è difficile che si instaurino fenomeni di tolleranza; non ci sono prove che alla sospensione dei lassativi si abbia una stipsi da rebound nè che l'uso cronico porti alla dipendenza.

Fonte: Am J Gastroenterol. 2005;100:232-242

Commento di Renato Rossi
La stipsi cronica è una condizione molto comune le cui cause non sono ancora ben comprese. Il disturbo non è pericoloso e forse è per questo che i medici hanno la tendenza a metterlo in secondo piano, mentre preoccupa molto i pazienti che ricorrono spesso all'automedicazione per cercare di "regolarizzare" la loro funzione intestinale. In ogni caso i pazienti si sentono molto disturbati e focalizzano forse in maniera eccessiva l'attenzione sulla loro funzione intestinale.
Questo studio fa giustizia di alcuni luoghi comuni come per esempio che la condizioni dipenda da una dieta povera di fibre o di liquidi. Quello che più conta comunque è che l'uso cronico di lassativi stimolanti non sembra comportare rischi particolari. In questo senso i medici possono quindi tranquillizzare i pazienti che talora sono preoccupati dal fatto di dover ricorrere spesso ai lassativi, se non altro per alleviare quello che per loro è un disturbo molto fastidioso.
Negli anziani la stipsi cronica può dipendere da una ridotta motilità per cui in ogni caso è utile consigliare un adeguato programma di moto (tra l'altro salutare anche per l'apparato respiratorio e cardiovascolare).
Le fibre possono ovviamente essere prescritte, ma si deve valutare da caso a caso perchè in alcuni pazienti il disturbo potrebbe anche peggiorare.

Commento di Luca Puccetti
La stipsi cronica ha diverse eziologie e occorre essere attenti a non confondere le forme primitive da quelle secondarie (farmaci, patologia organica, malattie neuropsichiatriche, connettiviti, etc). Inoltre tra le forme primitive occorre distinguere le forme da costipazione con transito normale (colon irritabile nelle varie forme) da quelle con rallentato transito (inertia coli) e da quelle da defecazione ostruita (dissinergia del pavimento pelvico). La terapia dunque deve essere, come sempre, effettuata dopo un corretto inquadramento diagnostico. I rimedi non vanno bene per tutti ed in tutti i casi. nelle forme primitive da dissinergia del pavimento pelvico solo una adeguata rieducazione con biofeedback può dare dei risultati. Ciò che ritengo sia più importante è di sottolineare che, di per se, la stipsi cronica non rappresenta un fattore di rischio per patologia organica tumorale. I criteri di Roma II sono tal proposito utilissimi in quanto hanno una Sensibilità del 65%, ma una specificità del 100% ed un valore predittivo positivo del 70-100%.

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 25/11/2026 alle ore 6:25 | Pagina 1 di 1