

Il ruolo delle fibre alimentari nella prevenzione del diabete mellito gestazionale in un gruppo a rischio di donne con alto indice di trigliceridi e glucosio: uno studio randomizzato e controllato

{pb-buttons}

{pb-share} 

Le donne incinte con un elevato indice di trigliceridi-glucosio (TyG) durante le prime fasi della gravidanza possono aumentare il rischio di diabete mellito gestazionale (GDM) e la fibra alimentare potrebbe svolgere un ruolo importante nel metabolismo del glucosio e dei lipidi. Tuttavia, nessuno studio ha testato gli effetti delle fibre alimentari sulla prevenzione del GDM nelle donne con un elevato indice TyG. Questo studio mira a indagare se il GDM possa essere prevenuto mediante l'integrazione di fibre alimentari nelle donne con un indice TyG $\geq 8,5$ durante le prime fasi della gravidanza (<20 settimane). È stato condotto uno studio clinico randomizzato tra 295 donne con un indice TyG $\geq 8,5$ prima della 20a settimana di gestazione, suddivise in un gruppo di fibre (24 g di fibre alimentari in polvere/giorno) o in un gruppo di controllo (cura abituale). L'intervento è stato condotto dalle 20 alle 24+6 settimane di gestazione ed entrambi i gruppi hanno ricevuto indicazioni sull'esercizio fisico e sulla dieta. Gli esiti primari erano l'incidenza del GDM diagnosticato mediante un test di tolleranza al glucosio orale da 75 g alla 25-28a settimana di gestazione e i livelli di glucosio nel sangue materno e di lipidi. Gli esiti secondari comprendono l'ipertensione gestazionale, l'emorragia postpartum, il parto pretermine e altre complicanze materne e neonatali. Il GDM si è verificato nell'11,2% (10 su 89) nel gruppo delle fibre, un valore significativamente inferiore a 23,7 (44 su 186) nel gruppo di controllo ($P = 0,015$). Le settimane di gestazione medie sono aumentate notevolmente nel gruppo delle fibre rispetto al gruppo di controllo ($39,07 \pm 1,08$ contro $38,58 \pm 1,44$ settimane, $P = 0,006$). L'incidenza di parto pretermine è stata del 2,3% (2 su 86) delle donne randomizzate al gruppo fibre rispetto al 9,4% (17 su 181) nel gruppo di controllo ($P = 0,032$). Le concentrazioni di glucosio nel sangue 2 ore postprandiali sono risultate statisticamente più elevate nel gruppo di controllo rispetto al gruppo di intervento ($6,69 \pm 1,65$ vs. $6,45 \pm 1,25$ mmol/L, $P = 0,026$). Non sono state riscontrate altre differenze significative tra i gruppi nei valori del profilo lipidico o in altri risultati secondari. Un intervento con integrazione di fibre alimentari durante la gravidanza può prevenire il GDM e il parto pretermine nelle donne con un indice TyG $\geq 8,5$ prima delle 20 settimane di gestazione.

FONTE

Fonte: [Y Cao](#), [J Sheng](#), [D Zhang](#), [L Chen](#), [Y Jiang](#), [D Cheng](#), [Y Su](#), [Y Yu](#), [H Jia](#), [P He](#), [L Wang](#), [X Xu](#) "The role of dietary fiber on preventing gestational diabetes mellitus in an at-risk group of high triglyceride-glucose index women: a randomized controlled trial"⁹⁹ *Endocrine*. 2023 Sep 22. doi: 10.1007/s12020-023-03478-5. Online ahead of print.