

Il microbiota intestinale anticipa le malattie che ci uccideranno: la medicina deve cambiare

27.8.2026 - | Fondazione Policlinico Gemelli IRCCS

Su Nature Reviews Gastroenterology & Hepatology tre generazioni di scienziati del Gemelli lanciano un'accusa e una roadmap: il cibo industriale sta distruggendo l'ecosistema biologico di miliardi di persone, e i regolatori lo sanno ma non agiscono.

43 milioni di morti ogni anno. Malattie croniche che uccidono tre quarti dell'umanità. Eppure il meccanismo biologico che le prepara — in silenzio, per anni, prima ancora che compaiano i sintomi — è ancora ignorato dai decisori politici e dai regolatori alimentari. Oggi questo silenzio viene spezzato da una ricerca pubblicata su **Nature Reviews Gastroenterology & Hepatology**, la più autorevole rivista mondiale nel campo della gastroenterologia.

I professori **Antonio Gasbarrini, Gianluca Ianiro e Giovanni Gasbarrini** – tre generazioni di scienziati della **Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS** e dell'**Università Cattolica del Sacro Cuore** – dimostrano che il microbiota intestinale non è solo associato alle malattie croniche: **le anticipa**. E identificano nel cibo ultra-processato e nei suoi additivi industriali il principale responsabile della distruzione silenziosa dell'ecosistema biologico umano.

La scoperta: la malattia inizia decenni prima della diagnosi

Il microbiota intestinale – l'ecosistema di 38 trilioni di microrganismi che vive nel nostro intestino – è il più preciso strumento diagnostico che la medicina abbia mai avuto. Non perché rilevi la malattia già presente, ma perché la vede arrivare anni, a volte decenni, prima che si manifesti. Il meccanismo si chiama **metainfiammazione**: uno stato infiammatorio cronico, silenzioso, invisibile agli esami standard, che erode progressivamente il metabolismo, il sistema immunitario e il sistema nervoso. Quando il paziente arriva con il diabete, l'infarto o il tumore, questo fuoco biologico bruciava già da tempo.

«Le firme biologiche della metainfiammazione potrebbero essere rilevabili anni, o addirittura decenni, prima che la malattia si manifesti clinicamente. Questo apre prospettive concrete per una medicina realmente anticipatoria, preventiva e personalizzata. Non aspettiamo la malattia: la intercettiamo prima che arrivi.»

Prof. Antonio Gasbarrini

Direttore Scientifico, Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS

Professore Ordinario in Medicina interna, Università Cattolica del Sacro Cuore

L'accusa: il cibo industriale sta ristrutturando il microbiota di miliardi di persone

Gli alimenti ultra-processati – che in molti Paesi rappresentano già più della metà delle calorie consumate – non danneggiano la salute solo per la loro composizione nutrizionale. Lo fanno attraverso gli additivi industriali: emulsionanti, dolcificanti artificiali, conservanti e coloranti che alterano il microbiota con meccanismi molecolari oggi documentati con precisione scientifica. Il paradosso denunciato dalla ricerca è sconvolgente: **questi additivi sono stati approvati dai**

regolatori - EFSA in Europa, FDA negli Stati Uniti - senza mai misurare il loro effetto sull'ecosistema intestinale umano. I protocolli di sicurezza alimentare sono stati scritti prima che la scienza del microbiota esistesse. Non sono stati aggiornati.

«Il loro impatto sul microbiota e sulla barriera intestinale non è un effetto collaterale trascurabile. È un meccanismo patogenetico primario. Stiamo permettendo la ristrutturazione industriale del microbiota umano su scala di popolazione senza misurarne le conseguenze. Questo deve finire.»

Prof. Gianluca Ianaro

**Dirigente Medico UOC CEMAD, Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS
Ricercatore in Gastroenterologia, Università Cattolica del Sacro Cuore**

La voce di tre generazioni: dalla nascita della gastroenterologia all'era ecologica

Il paper porta la firma di tre generazioni della stessa scuola scientifica. Il professor **Giovanni Gasbarrini**, 89 anni, Professore Emerito dell'Università Cattolica del Sacro Cuore e tra i fondatori della gastroenterologia europea moderna, offre una prospettiva che attraversa sei decenni di medicina:

«Ho visto nascere questa disciplina. Quello che la scienza del microbiota sta rivelando oggi — che la salute è una proprietà dell'ecosistema, non solo dell'organismo — è la più profonda rivoluzione concettuale che abbia incontrato in sessant'anni di pratica clinica e di ricerca. Non è un'ipotesi: è la realtà biologica che aspettava di essere misurata.»

Prof. Giovanni Gasbarrini

Professore Emerito di Medicina Interna, Università Cattolica del Sacro Cuore

La roadmap: cinque riforme che i regolatori non possono più ignorare

La ricerca non si ferma alla denuncia. Propone una call to action in cinque pilastri:

1. **Educazione** - riformare l'alfabetizzazione nutrizionale integrando la scienza del microbioma, a partire dalle scuole.
2. **Agricoltura** - ristrutturare i sussidi agricoli per incentivare la produzione di alimenti freschi e minimamente processati.
3. **Sanità** - introdurre lo stewardship degli antibiotici con metriche di protezione del microbioma; avviare programmi strutturati di deprescrizione degli inibitori di pompa protonica.
4. **Economia** - tassare gli additivi alimentari con documentato potenziale disbiotico; rimborsare i percorsi di prevenzione basati sul microbioma.
5. **Ricerca** - istituire linee di finanziamento pubblico dedicate alla prevenzione microbioma-malattie croniche, con coorti longitudinali e trial di intervento.

«Chiediamo che la valutazione di sicurezza degli additivi alimentari includa valutazioni standardizzate sul microbiota. Chiediamo che vengano valutati gli effetti delle miscele di additivi in un contesto reale. E chiediamo di superare la separazione tra regolamentazione nutrizionale e sicurezza alimentare: non si può dichiarare sicuro un alimento guardando solo i macronutrienti e ignorando quello che fa all'ecosistema intestinale.»

Prof. Antonio Gasbarrini

Lo specchio mostra un'immagine che non possiamo più ignorare

«Il microbiota intestinale è lo specchio biologico più preciso che la medicina abbia mai avuto. Oggi ci restituisce un'immagine allarmante: milioni di morti prevenibili ogni anno, bambini il cui ecosistema intestinale è già compromesso prima di entrare a scuola, e un quadro regolatorio che ha permesso tutto questo senza mai misurarne le conseguenze. Nonostante un decennio di evidenze scientifiche consolidate, la medicina e i decisori non hanno ancora risposto. L'era della medicina ecologica deve iniziare ora – non per produrre nuova scienza, ma per salvare vite.»

Prof. Antonio Gasbarrini

Riferimento bibliografico

Antonio Gasbarrini, Gianluca Ianiro e Giovanni Gasbarrini, "The microbial mirror: how a disrupted microbiome forecasts disease and why policy must act"

The microbial mirror: how a disrupted microbiome forecasts disease and why policy must act |
Nature Reviews Gastroenterology & Hepatology

<https://www.policlinicogemelli.it/news-eventi/il-microbiota-intestinale-anticipa-le-malattie-che-ci-uccideranno-la-medicina-deve-cambiare>