

### EFFETTI DI UNA DIETA CHETOGENICA SU DONNE SOVRAPPESO CON SINDROME DELL'OVAIO POLICISTICO

Antonio Paoli et Al.

*J Transl Med (2020) 18:104*

La sindrome dell'ovaio policistico (PCOS) è il disturbo endocrino più comune nelle donne durante l'età riproduttiva. È caratterizzato clinicamente da oligo-ovulazione o anovulazione, iperandrogenismo e presenza di ovaio policistico. È associato ad una maggiore prevalenza di sindrome metabolica, malattie cardiovascolari e diabete di tipo 2. L'eziologia della PCOS è stata associata a diversi fattori ereditari e ambientali, ma l'insulina resistenza svolge un ruolo patogenetico chiave. Abbiamo cercato di studiare gli effetti di una dieta chetogenica (KD) sulle donne di età fertile con diagnosi di PCOS.

Metodi: quattordici donne in sovrappeso con diagnosi di PCOS sono state sottoposte a una dieta chetogenica mediterranea con phyoextracts (KEMEPHY) per 12 settimane. Cambiamenti nel peso corporeo, indice di massa corporea (BMI), massa grassa (FBM), massa magra (LBM), tessuto adiposo viscerale (IVA), insulina, glucosio, HOMA-IR, colesterolo totale, lipoproteine a bassa densità (LDL), lipoproteine ad alta densità (HDL), trigliceridi (TG), testosterone totale e libero, ormone luteinizzante (LH), follicolo ormone stimolante (FSH); deidroepiandrosterone solfato (DHEAs), estradiolo, progesterone sono stati valutati.

Risultati: dopo 12 settimane, le misurazioni antropometriche e della composizione corporea hanno rivelato una riduzione significativa di peso corporeo (- 9,43 kg), BMI (- 3,35), FBM (8,29 kg) e IVA. C'è stato un significativo, lieve calo di LBM. Sono stati osservati una significativa riduzione dei livelli ematici di glucosio e insulina, insieme a un significativo miglioramento di HOMA-IR. È stata osservata una riduzione significativa di trigliceridi, colesterolo totale e LDL insieme a un aumento dei livelli di HDL. Anche il rapporto LH/FSH, il livello totale di LH e il testosterone libero e i livelli ematici di DHEAs sono stati significativamente ridotti.

Conclusioni: i nostri risultati suggeriscono che una KD possa essere considerata un prezioso trattamento non farmacologico per PCOS. Periodi di trattamento più lunghi devono essere testati per verificare l'effetto di un KD sugli aspetti dermatologici della PCOS.