



**DAL PALATO ALLA TIROIDE:  
LA CAMPAGNA CHE PROMUOVE CONSAPEVOLEZZA E SFATA I FALSI MITI  
SUL RAPPORTO TRA ALIMENTAZIONE E DISTURBI TIROIDEI**

- *La campagna educativa "Dal Palato alla Tiroide", patrocinata dalla Società Italiana di Endocrinologia e realizzata con il contributo non condizionante di IBSA Italy, mira a sensibilizzare l'opinione pubblica sull'importanza della salute tiroidea attraverso informazioni e consigli pratici sull'alimentazione, tra cui uno speciale volume di ricette "amiche della tiroide".*
- *Le malattie tiroidee, di cui l'ipotiroidismo è la condizione più diffusa, si stima colpiscano oltre 6 milioni di italiani, prevalentemente donne dopo i 35-40 anni.*

**Milano, 30 ottobre 2024** – In presenza di disturbi della tiroide, di cui soffrono oltre 6 milioni di italiani, la dieta può diventare oggetto di dubbi e preoccupazioni per i pazienti. Lo testimonia il crescente numero di ricerche effettuate ogni giorno in rete sul complicato rapporto tra tiroide e alimentazione che mette in luce il bisogno degli utenti di fare chiarezza su questi temi. Per rispondere a questa esigenza è nata la campagna **"Dal Palato alla Tiroide"**, realizzata con il patrocinio della **Società Italiana di Endocrinologia (SIE)** e il **contributo non condizionante di IBSA Italy** che, attraverso strumenti pratici come il volume di "ricette amiche della tiroide", contribuisce a promuovere una maggiore consapevolezza nella popolazione sui disturbi tiroidei e il legame con la nutrizione.

Le disfunzioni della tiroide sono molto diffuse soprattutto tra **le donne che si stima abbiano il 20% di probabilità di sviluppare disturbi tiroidei nel corso della vita**. Tra queste **l'ipotiroidismo** è la più frequente: **colpisce in Italia quasi 3 milioni di persone** con un'incidenza più marcata nelle donne tra i 55 e i 64 anni. Questa condizione si manifesta spesso con sintomi quali stanchezza eccessiva, aumento di peso, intolleranza al freddo, pelle secca e pallida, rallentamento della frequenza cardiaca, depressione e problemi di memoria.

*"La prevenzione e la gestione efficace delle malattie tiroidee dipendono in gran parte da una corretta informazione e dall'adozione di buone pratiche quotidiane", dichiara **Maria Grazia Castagna, Professore Associato di Endocrinologia presso il Dipartimento di Scienze Mediche, Chirurgiche e Neuroscienze dell'Università di Siena**. "Nonostante siano spesso sottovalutate, si stima che le patologie della tiroide colpiscano tra il 5 e il 10% della popolazione italiana. Una diagnosi tempestiva è cruciale per migliorare la qualità della vita dei pazienti e per questo è importante effettuare alcuni semplici esami di controllo in presenza di segni e sintomi indicativi di un'alterazione della funzionalità tiroidea, ma anche in persone a rischio o in chi ha una predisposizione familiare".*

La **diagnosi precoce** è fondamentale nella cura della malattia, così come lo è l'**aderenza** da parte del paziente alla terapia, una volta individuato il trattamento più adeguato.

*"La levotiroxina è il trattamento standard per l'ipotiroidismo e consente di ripristinare i livelli ormonali necessari per un corretto funzionamento del metabolismo. Tuttavia, la personalizzazione della terapia e il monitoraggio costante sono essenziali per garantire un equilibrio ottimale e una maggiore stabilità nel tempo", commenta **Annamaria Colao, Professore Ordinario Endocrinologia e Malattie del Metabolismo Cattedra Unesco di Educazione alla Salute e Sviluppo Sostenibile, Università degli Studi di Napoli Federico II**. "Grazie alla possibilità di avere diverse formulazioni disponibili, dai farmaci in compresse alle capsule molli fino alle formulazioni liquide, è possibile adattare il trattamento alle caratteristiche specifiche di ciascun paziente, migliorando così l'aderenza alla terapia e i risultati clinici complessivi".*



Nel mantenimento della salute tiroidea, anche **l'alimentazione gioca un ruolo cruciale** poiché questa ghiandola necessita di specifici micronutrienti per funzionare al meglio. In soggetti con ipotiroidismo, una dieta equilibrata deve essere inclusiva di alimenti ricchi di iodio e selenio, due elementi fondamentali per il corretto funzionamento della tiroide.

*“Un regime alimentare vario e personalizzato in base all’età e allo stile di vita rappresenta una valida strategia di prevenzione per alcune disfunzioni tiroidee, soprattutto quando arricchito con sale iodato, efficace a evitare le carenze di iodio, e con selenio, fondamentale per il metabolismo degli ormoni tiroidei e quindi per il buon funzionamento complessivo della ghiandola”,* evidenzia la **Professoressa Colao**. *“Per incoraggiare la prevenzione e sensibilizzare l’opinione pubblica, è essenziale fare chiarezza su quali alimenti possano realmente influire sulla salute della tiroide, sgombrando il campo da fake news e falsi miti che persistono numerosi intorno a questi temi”.*

*“Ne è un esempio la convinzione che eliminare il glutine dalla dieta possa migliorare la funzione tiroidea, anche in assenza di una diagnosi di celiachia o di sensibilità al glutine. In realtà, in condizioni normali eliminare il glutine non comporta alcun beneficio per la tiroide e al contrario se non gestito correttamente potrebbe determinare delle carenze nutrizionali”,* continua la **Professoressa Castagna**. *“È vero, tuttavia, che alcune forme di tiroiditi autoimmuni, in particolare la tiroidite di Hashimoto, si associano più frequentemente ad altre patologie autoimmuni come ad esempio la celiachia. Solo nel caso quindi in cui le due patologie coesistono è necessario adottare una dieta priva di glutine. In genere, in caso di problematiche accertate, è sempre importante affidarsi ad uno specialista, evitando pericolose pratiche ‘fai da te’.*

**La Campagna “Dal Palato alla Tiroide”** si inserisce all’interno di un progetto più ampio che vede nel **sito [latiroide.it](http://latiroide.it) un vero e proprio hub informativo sulla tiroide** con video pillole degli esperti, sezioni dedicate ai professionisti della salute, e un servizio per richiedere il consulto telematico di uno specialista. La Campagna sfata numerosi falsi miti sull'alimentazione, promuovendo consapevolezza e prevenzione delle malattie tiroidee attraverso informazioni chiare e aggiornate e un approccio molto pratico. È con questo spirito che è stato creato il **ricettario “Dal Palato alla Tiroide”**, pensato per chi desidera seguire un'alimentazione equilibrata, ricco di consigli e ricette per una dieta sana e bilanciata e adatta a chi soffre di disfunzioni della tiroide. Il ricettario è stato realizzato grazie al contributo degli utenti, alla collaborazione con specialisti endocrinologi e **Sonia Peronaci**.

*“È stato un piacere partecipare a questa iniziativa”,* ha commentato **Sonia Peronaci, foodblogger e fondatrice di GialloZafferano**. *“Credo molto nell’importanza di diffondere una corretta informazione su come l'alimentazione possa supportare la salute. Con semplici accorgimenti si possono fare scelte migliori e più consapevoli senza rinunciare al piacere della tavola”.*

L’impegno di IBSA Italy va oltre il semplice supporto alla campagna, riflettendo una visione di lungo termine a supporto della comunità dei pazienti e in più in generale della popolazione. **“IBSA è impegnata nella ricerca di soluzioni terapeutiche all’avanguardia e supporta iniziative vicine ai bisogni dei pazienti. Investire nella consapevolezza e nella prevenzione delle malattie tiroidee fa parte del nostro approccio alla salute a 360 gradi. Con la campagna 'Dal Palato alla Tiroide' vogliamo non solo fare educazione su questi temi, ma anche offrire risorse concrete e accessibili che migliorino la vita quotidiana dei pazienti.”** conclude **Greta Pizzamiglio Sr Product Manager di IBSA Italy**.



## PRESS RELEASE

### **IBSA Italy**

IBSA Italy, fondata nel 1992, è parte di IBSA (*Institut Biochimique SA*) e ha il suo Headquarter a Lodi, dove è nato anche il primo stabilimento. Negli anni IBSA Italy è cresciuta rapidamente aggiungendo la sede di Roma e lo stabilimento di Cassina de' Pecchi (MI) e diventando una realtà economica e scientifica di primo piano nel settore farmaceutico italiano. Attualmente IBSA impiega in Italia 600 collaboratori e ha all'attivo 90 famiglie di brevetti su tecnologie farmaceutiche all'avanguardia. Tecnologia e know-how, unitamente agli investimenti in ricerca e sviluppo, hanno permesso all'Azienda di costruire nel tempo un ampio portafoglio prodotti in 10 aree terapeutiche. Farmaci, dispositivi medici e integratori alimentari, sono sviluppati e prodotti in Italia dalle nostre Persone e venduti in più di 90 paesi in tutto il mondo. I pilastri su cui IBSA fonda la sua filosofia sono: Persona, Innovazione, Qualità e Sostenibilità. Per maggiori informazioni [www.ibsa.it](http://www.ibsa.it)

### **PER INFORMAZIONI ALLA STAMPA**

**Ufficio stampa IBSA Italy** – Noesis PR

Valeria Manduchi – +39 3887790239 – [valeria.manduchi@noesis.net](mailto:valeria.manduchi@noesis.net)

Benedetta Salemme – +39 3248007570 – [benedetta.salemme@noesis.net](mailto:benedetta.salemme@noesis.net)