

CONOSCERE L'ALLERGIA ALIMENTARE

Scopri che cos'è l'allergia, cosa ne causa lo sviluppo e come gestirla

Che cos'è l'allergia alimentare

L'allergia alimentare è una reazione avversa dovuta a una specifica reazione immunitaria verso un determinato alimento o più precisamente verso le proteine presenti in quell'alimento a cui si è sensibilizzati.

Gli allergeni alimentari e le loro caratteristiche

Le molecole allergeniche, a cui un paziente può essere sensibilizzato e che risultano essere responsabili del quadro corrispondente di allergia alimentare, sono proteine con diverse caratteristiche biologiche, fisiche e chimiche. Tali proteine possono essere modificate dalla conservazione, dalla cottura e dalla digestione gastrica.

Vi sono in particolare:

- **Allergeni di classe I:** ovvero proteine stabili al calore e alla digestione gastrica, responsabili di sintomi generalizzati.

- **Allergeni di classe II:** ovvero proteine che si denaturano con il calore e la digestione gastrica causando prevalentemente sintomi a livello del cavo orale (Sindrome orale allergica)

QUAL È IL RISCHIO AD ESSI CORRELATO?

Proteine labili



reazioni locali

Proteine stabili



reazioni sistemiche

I sintomi dell'allergia alimentare



Cute

- Eritema,
- prurito palmoplantare/generalizzato,
- orticaria,
- angioedema (es. edema delle labbra, della lingua, delle palpebre)



Apparato respiratorio

- Rinite (rinorrea, starnutazione, prurito nasale, ostruzione nasale),
- tosse,
- dispnea,
- sibili,
- edema laringeo con costrizione faringo-laringea



Occhi

- Congiuntivite (prurito, eritema congiuntivale, lacrimazione, edema peri-orbitario)



Apparato gastrointestinale

- Nausea/vomito,
- dolore addominale,
- diarrea



Apparato cardiovascolare

- Tachicardia,
- ipotensione,
- vertigini,
- calo pressorio,
- perdita di coscienza

COFATTORI

Esercizio fisico, alcol, farmaci (FANS), mestruazioni, privazione del sonno, disidratazione, stress

I principali allergeni alimentari



Gli allergeni nascosti

In genere, il paziente con allergia alimentare alle proteine stabili conosce molto bene quali cibi evitare e quali assumere. Alcuni alimenti (per esempio latte, arachidi, soia), vengono intenzionalmente utilizzati per modificare le caratteristiche di altri alimenti (soprattutto nella preparazione industriale degli alimenti) e se non dichiarati sono più difficili da identificare: sono i cosiddetti "allergeni nascosti".

Come si fa a capire quando si sta manifestando una reazione grave?



Prurito crescente al cuoio, capelluto, al palmo delle mani o alla pianta dei piedi



Prurito in gola, edema della lingua, costrizione faringo-laringea, cambiamento del tono della voce



Difficoltà di respiro, comparsa di sibili



Tachicardia, calo pressorio, aritmia

TRATTAMENTO DELL'ANAFILASSI

Deve essere tempestivo e adeguato



COME AFFRONTARE UN GRAVE EPISODIO DI ANAFILASSI:

- La persona non deve stare in piedi o seduta, ma si deve distendere a terra con gli arti inferiori sollevati (ad es. appoggiati su una sedia)
- Somministrazione dell'adrenalina autoiniettabile



L'**ADRENALINA** è il trattamento salvavita necessario per i pazienti allergici a rischio di reazioni sistemiche, come l'**anafilassi** e lo **shock anafilattico**



È fondamentale che questi pazienti siano seguiti periodicamente dall'**ALLERGOLOGO** di riferimento e siano in possesso dell'**ADRENALINA AUTOINIETTABILE**.



L'**ADRENALINA** andrà rimossa dalla confezione, si dovrà **togliere il tappo** e andrà utilizzata come una penna...



... tenendo premuta la punta dell'**AUTOINIETTORE** sulla parte anterolaterale esterna della coscia da quando si sente il click, segno dell'inizio dell'erogazione del farmaco, fino a circa 10 secondi. Può essere utilizzata anche sui vestiti, preferibilmente in posizione supina per favorire la distribuzione del farmaco.



Una volta terminata la somministrazione, massaggiare la sede di iniezione e **chiamare il 118**

AMBULANCE

Il possesso e l'utilizzo dell'**ADRENALINA AUTOINIETTABILE** permette di fare la differenza e **salvare una vita**



Società Italiana di Allergologia, Asma ed Immunologia Clinica

A cura della Sezione Regione Calabria SIAAIC
Presidente: **Fabiana Furci**
Segretario: **Corrado Pelaia**
Consiglieri: **Stefania Isola, Antonio Furci**
Consigliere Junior: **Raffaele Cordiano**