



MENU

CRONACA ECONOMIA POLITICA ESTERI SPORT MOTORI MAGAZINE MODA **SALUTE** ITINERARI TECH METEO GUIDA TV



QUOTIDIANO.NET

CORONAVIRUS ULTIM'ORA AUTOCERTIFICAZIONE SPECIALE CORONAVIRUS DATI LIVE PAPA BIMBO MATERA CAMBIO ORA METEO



HOME > **SALUTE**

Pubblicato il 29 marzo 2020

L'allergia in punta di forchetta

Analisi specifiche per individuare gli alimenti che scatenano una reazione immunologica più o meno forte

di Antonio Alfano

[f Condividi](#) [Tweet](#) [Invia tramite email](#)



Quando l'organismo si rifiuta di accettare alcuni tipi di cibo può partire una reazione dagli esiti imprevedibili, con ricadute inopportune per la qualità della vita di una persona. L'allergia alimentare, sempre più diffusa, indica appunto la reazione avversa a uno o più tipi di alimenti, solitamente le proteine, con manifestazioni organiche inattese e indesiderate. Si va dalla dermatite atopica, a sintomi respiratori o gastrointestinali, fino ad arrivare alla temibile anafilassi. Il fenomeno è dovuto a una reazione immunologica legata ad anticorpi della classe IgE, che reagiscono ai componenti alimentari di natura proteica. L'allergia alimentare si può manifestare già in età pediatrica come pure in quella adulta.

"Le allergie alimentari – precisa la Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici Chirurghi ed Odontoiatri (FNOMCEO) in un documento sulle Allergie e intolleranze alimentari condiviso con le società scientifiche interessate – sono una tematica molto sentita nella popolazione, anche se va fatta molta chiarezza sui percorsi diagnostici. La percezione di allergia alimentare nella popolazione è di circa il 20% mentre l'incidenza reale del fenomeno interessa circa il 4,5% della popolazione adulta e fino al 10% circa della popolazione pediatrica".

"I primi segni di un'allergia alimentare – per gli esperti della Società Italiana di Allergologia, Asma e Immunologia Clinica – possono comparire entro pochi minuti dall'ingestione dell'alimento fino a un massimo di qualche ora, con manifestazioni

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE**SALUTE****La riscoperta buona come il pane****SALUTE****Maria Luisa Brandi "Così mettiamo in salvo le ossa più fragili"****SALUTE****"Anche gli uomini devono fare attenzione"****POTREBBE INTERESSARTI ANCHE****SALUTE****Muscoli tonici e cuore sano: restare attivi è fondamentale Così mettiamo al sicuro il sistema osteoarticolare****SALUTE****Cosa cambia senza gli estrogeni**

variabili dalla sensazione di calore alla pelle, prurito, orticaria, gonfiore intorno agli occhi, alle labbra e alla lingua, ma anche stanchezza intensa, nausea, bruciore alla gola. È opportuno rivolgersi a uno specialista e a centri di riferimento riconosciuti, dove si possono effettuare test validati scientificamente che consentono di individuare con precisione non solo l'alimento, sospetto ma anche la parte, di norma una proteina o una sua frazione, alla quale si è ipersensibili per avviare una corretta terapia". Per il medico è necessario rilevare i sintomi riferiti dal paziente, con attenzione al tempo intercorrente tra l'ingestione e la manifestazione clinica.

Sono da valutare attentamente gli alimenti. In causa vengono chiamati frequentemente – secondo il documento della FNOMCEO – il latte vaccino, uovo, grano, frutta secca, pesce e crostacei, anche se tutti gli alimenti sono in grado di scatenare reazioni gravi. La diagnosi è prevalentemente clinica, con una caratteristica peculiare di bronco-ostruzione fino all'insufficienza respiratoria e più raramente di collasso cardiocircolatorio. Per tale motivo la presenza di asma, specie non controllata, costituisce un fattore di rischio per reazioni anafilattiche nei pazienti con allergie alimentari. Nella maggior parte dei casi si impone l'eliminazione dalla dieta dell'"alimento miccia", oppure il suo consumo oculato, a seconda delle proteine coinvolte.

Ad affrontare e spesso risolvere favorevolmente il problema possono essere l'educazione terapeutica e la prevenzione. "Fare attenzione – ricorda la Società Italiana di Allergologia, Asma e Immunologia Clinica – se al consumo di uno specifico cibo segue sempre o molto spesso una manifestazione reattiva caratteristica, che deve essere annotata in un 'diario allergico' alla presenza dei sintomi dell'allergia". Con queste informazioni lo specialista potrà stilare una dieta anti - allergica ed indicare corretti stili di vita. "Occorre intensificare anche le attività di prevenzione – afferma un Documento di indirizzo sulle Allergie alimentari e sicurezza del consumatore del Ministero della Salute – sui diversi livelli di prevenzione primaria, secondaria e terziaria, puntando a limitare al massimo i rischi legati alle allergie alimentari". Speciale attenzione è richiesta fuori casa e ai ristoratori nella preparazione e indicazione degli ingredienti nei menù.

© Riproduzione riservata



Tutti a fare sport già in tenera età La pigrizia piccona la forza ossea