

# Loreto. Il 90% delle anafilassi fatali avviene in ristoranti e mense. Attenzione alle “truffe” e alle false intolleranze

Si è concluso a Loreto il Congresso Nazionale “L'uomo e il cibo: delizia e croce”, organizzato dalla SIAAIC, Soc. Italiana di Allergologia, Asma ed Immunologia Clinica, Sezione Umbria-Marche

*La dieta è la prima colpevole: le reazioni pseudoallergiche più frequenti, coinvolgono latte, lievito e grano, cioè gli alimenti più preziosi per lo sviluppo.*

Da Loreto l'appello per una corretta informazione sulle allergie: se n'è parlato a conclusione del **Congresso Nazionale “L'uomo e il cibo: delizia e croce”**, organizzato dalla **Società Italiana di Allergologia, Asma ed Immunologia Clinica, Sezione Regionale Umbria-Marche e dalla UOC di Allergologia di Civitanova Marche**, diretta dal **dott. Stefano Pucci**, che ha visto **oltre 100 partecipanti tra specialisti, associazioni pazienti e operatori del settore**.

**CARTA DEI DESIDERI** - La **“Carta dei Desideri”** è un documento in forma di appello promosso dalle principali associazioni italiane pazienti per chiedere a Istituzioni, aziende e attività commerciali di specificare, sempre e comunque, tutto quello che un piatto o una preparazione alimentare contiene. *“I pazienti - aggiunge il **Dott. Stefano Pucci, U.O.C. di Allergologia - P.O. Civitanova Marche (MC)** - devono essere sicuri al 100% di quello che stanno mangiando, perché a volte una forchetta o un contenitore “contaminati” da un altro alimento potrebbe comunque scatenare una reazione. E' stato dimostrato, inoltre, che **il 90% delle anafilassi fatali avvenga proprio in ristoranti e mense**, rarissimi invece i casi di reazioni pericolose nelle proprie case. Dati allarmanti, che devono far riflettere tutti i protagonisti della filiera alimentare e distributiva”.*

Importanti e notevoli i passi in avanti fatti dalla medicina in questi anni. Ci sono diagnostici sempre più affidabili, capaci di identificare i principali allergeni contenuti negli alimenti e di valutare così la potenziale gravità delle reazioni. E' compito dello specialista fornire tutte le informazioni affinché il paziente allergico sia sempre munito di terapia d'emergenza e sappia effettuarla in maniera corretta: esistono kit autoiniettanti di adrenalina che possono salvare la vita in caso di reazioni gravi e impreviste come lo shock anafilattico. *“Ma il futuro del trattamento è l'immunoterapia, ossia la desensibilizzazione - conclude il Dott. Stefano Pucci - queste nuove metodiche, se messe a punto, ridurranno notevolmente la reattività clinica nei confronti di questi alimenti e potrebbero arrivare a proteggere al 100% il paziente”.*

**LA VOCE DEI PAZIENTI** - Occorre fare molta attenzione quando si parla di intolleranze e di allergie, perché spesso la non corretta informazione provoca l'inizio di terapie non necessarie e che potrebbero provocare problemi a lungo termine per lo stesso paziente, sino a compromettere seriamente la salute, principalmente di bambini e over 65. *“Il privarsi di certi alimenti, come il latte, il pane e la pasta, specialmente in alcune fasce d'età, potrebbe causare - spiega **Felice Amelia, Presidente Apa Italia, Associazione Pazienti allergici** - seri problemi per il nostro organismo, come carenza nelle ossa, fragilità muscolari e problemi renali. L'assenza di vitamine e proteine potrebbe provocare una mancanza di equilibrio, che andrebbe successivamente curata, stavolta seriamente, dagli specialisti. **Tra le reazioni pseudoallergiche più frequenti, quelle relative al regime dietetico: latte, lievito e grano sono gli alimenti più colpevolizzati**, ma sono anche i più preziosi per lo sviluppo”.*

**TRUFFE VIA WEB SENZA ALCUN METODO SCIENTIFICO**- Le associazioni puntano il dito contro alcune dei **testi diagnostici venduti sul web**: non soltanto pacchetti promozionali, ma cliniche specializzate che vendono analisi specifiche per rilevare allergie o intolleranze. *“E' assurdo pensare che in pochi minuti si abbiano risultati “scientifici” che, in sede medica, necessiterebbero settimane e mesi - continua **Felice Amelia** -Gli specialisti sono chiari: un'analisi scientifica richiede tempi lunghi e costi ambulatoriali di circa 30 euro. A volte sul web si paga molto di più. Inoltre non c'è fondamento*

scientifico neanche se ci si basa soltanto sulla presenza dell'IgG (Immunoglobina G) come cartina tornasole di una futura/probabile intolleranza. Si capisce che il metodo non è scientifico quando si parla di "sospendere" gli alimenti che provocano intolleranze per poi rimetterli dopo poche settimane. E' per questo che la Carta dei Desideri deve essere una necessità per tutti, urgente e indispensabile".

**L'APPELLO ALLA POLITICA: "Occorre fare rete" con gli specialisti-** "Le nostre richieste sono semplici - spiega **Davide Contato, Membro del consiglio direttivo della Food Allergy Italia** - una sensibilizzazione sociale, cioè la consapevolezza del mondo esterno nel riconoscere la serietà di questa malattia; la formazione: occorre conoscere le allergie, sapere come nascono e cosa comportano; l'etichettatura: la nuova normativa europea lascia delle falle che occorre colmare; maggiori investimenti per i centri allergologici, specialistici e ultraspecialistici. Vogliamo rivolgerci a tutti, sia ai pazienti che a tutte le persone che potrebbero aiutarli quotidianamente: tutti dobbiamo essere in grado di sapere cosa fare e cosa non fare. Sino a colpire i principali settori della ristorazione, dal banchetto dei gelati al ristorante di lusso, all'industria alimentare, a tutte le scuole ed enti di formazione".

"Secondo un recente sondaggio europeo - continua **Davide Contato** - **la stragrande maggioranza delle persone non conosce i livelli di soglia di tolleranza agli alimenti allergenici**, ossia la più piccola quantità di allergene che provoca una reazione allergica. E la presenza di questa informazione potrebbe aiutare i soggetti allergici a gestire meglio la propria vita".

**DATI IN ITALIA** -La diffusione di allergie, negli ultimi anni, ha raggiunto negli Stati Uniti e nei paesi occidentalizzati dimensioni quasi epidemiche: attualmente rappresenta una delle maggiori cause di anafilassi, quindi reazioni con pericolo di vita. Dati che aumentano sempre di più: si stima che attualmente ne siano coinvolti circa il 9-10% a livello pediatrico e 2-3% nella popolazione adulta. Le intolleranze alimentari sono ancora più comuni. Sondaggi indicano che il 25% della popolazione crede di avere qualche tipo di intolleranza alimentare.

**Nel caso specifico dell'Italia, invece, i bambini sono il 7%, vale a dire circa 600.000 soggetti, mentre gli adulti sono il 2-3%, pari a circa 1.300.000 pazienti. La percezione di intolleranze alimentari supera il 40%, le vere allergie alimentari interessano circa l'8-10 % della popolazione.** Sia l'allergia che l'intolleranza alimentare sono espressioni di "sensibilità al cibo" ed entrambe possono provocare sintomi piuttosto gravi. Nel primo caso il sistema immunitario reagisce ad un cibo specifico, causando sintomi immediati, ad esempio prurito, eruzioni cutanee e gonfiore. Talvolta questa reazione può essere così grave da provocare uno shock anafilattico potenzialmente letale. **L'intolleranza alimentare** invece non coinvolge il sistema immunitario, ma è una reazione avversa ad un cibo specifico. I sintomi possono essere fastidiosi ed in alcuni casi severi, ma in genere non a pericolo di vita.

"Negli ultimi anni si è verificato un importante incremento dell'incidenza di reazioni avverse ad alimenti - sottolinea il **Dott. Stefano Pucci** - legato in parte anche ai cambiamenti delle abitudini (introduzione di cibi e spezie provenienti da altri paesi, utilizzo di OGM), ai nuovi sistemi di coltivazione (produzione di grani più ricchi in glutine) ed al mancato rispetto delle norme di conservazione e produzione della filiera alimentare. La complessità di tali patologie richiede competenze di alta specializzazione e l'interazione tra più figure professionali (allergologi, gastroenterologi, pediatri, nutrizionisti) in grado di garantire un approccio diagnostico e terapeutico mirato e l'attuazione di misure preventive efficaci".

**ALLERGIE PIU' FREQUENTI** - **Tra le allergie alimentari, particolarmente diffusa anche a livello della regione marche, c'è l'ipersensibilità verso l'Anisakis, parassita che viene a contatto con l'organismo quando si mangia pesce crudo, marinato o poco cotto.** Tra gli alimenti introdotti da altri paesi **alcune spezie, come i semi di sesamo**, che ormai sono entrati a far parte della nostra alimentazione quotidiana possono provocare reazioni molto gravi. Il sesamo, inoltre, è uno dei maggiori allergeni in Giordania e in Israele, in quanto qui utilizzato nella dieta per arricchirla di ferro.

L'obiettivo di questo congresso, che prevede il contributo di specialisti di livello nazionale ed internazionale, è quello di inquadrare le principali reazioni avverse ad alimenti (ipersensibilità, intolleranze enzimatiche e non, malattia celiaca, reazioni da tossicità) evidenziando le novità utili per il percorso diagnostico e fornendo gli strumenti appropriati per una gestione terapeutica e preventiva ottimale. *“Il corso prevede – aggiunge il **Dott. Stefano Pucci**, presidente del Congresso – una sessione dedicata ai pazienti, alla loro esigenza di una maggiore attenzione per le problematiche correlate a queste patologie e alle giuste aspettative finalizzate a condurre una vita il più possibile normale.*

*“Le allergie più frequenti si verificano in età pediatrica e adolescenziale – aggiunge il **Prof. Giorgio W. Canonica, Presidente SIAAIC e Direttore Clinica Malattie Respiratorie e Allergologia dell'Università di Genova** – **Durante i primi anni di vita le allergie più comuni sono al latte e alle uova**, ma non occorre preoccuparsi perché generalmente si superano con l'avanzare del tempo e i bambini le tollerano spontaneamente. Per quanto riguarda gli adulti, frutta a guscio e pesce sono gli alimenti più pericolosi, mentre nelle regioni mediterranee è la pesca a destare più preoccupazioni”.*

Chi soffre di un'allergia alimentare grave può essere colpito da una reazione potenzialmente letale chiamata anafilassi. Di solito tali attacchi sono caratterizzati da sintomi quali rapida comparsa di orticaria, gonfiore del viso, della lingua e della gola, difficoltà respiratorie, affanno, vomito e perdita di conoscenza. Il trattamento immediato con un'iniezione di adrenalina può salvare la vita. I soggetti a rischio di anafilassi devono sempre portare con sé una siringa auto iniettabile di adrenalina per autogestire eventuali emergenze.

**REGIONE MARCHE** – *“Il centro di U.O. Complessa di Allergologia di Civitanova Marche – spiega il **Dr. Stefano Pucci, U.O.C. di Allergologia - P.O. Civitanova Marche (MC)** – ha condotto da 4 anni un protocollo con tutti i Pronto Soccorso e strutture di emergenza della provincia di Macerata, attraverso le quali ci vengono segnalate in maniera immediata le reazioni anafilattiche di sospetta natura allergica. Abbiamo così osservato che il **30% delle reazioni anafilattiche erano causate da allergie alimentari**. Grazie a questo progetto abbiamo fornito a questi pazienti le norme di prevenzione, gli strumenti farmacologici e le terapie necessarie per evitare una ricaduta. **Tra gli alimenti maggiormente incriminati, l'anisakis, il pesce, la frutta secca, la pesca e altra frutta della famiglia delle Rosacee**. Abbiamo organizzato anche numerosi incontri con medici di medicina generale, e altri verranno fatti prossimamente, con tutti i principali soggetti, centri di emergenze e pronto soccorsi, affinché sappiano informare correttamente e fornire sin da subito, in caso di reazioni gravi, tutti gli strumenti e le norme di prevenzione”.*