

Di Maria Stefania Leto Barone

La classificazione delle reazioni avverse ad alimenti include sia l'Allergia Alimentare sia il Morbo Celiaco, patologie che alla base riconoscono un diverso meccanismo immunologico.

Allergie e intolleranze non sono dunque, come ritenuto da molti, sinonimi, ma riconoscono meccanismi di base diversi, così come diverse sono le tecniche diagnostiche che portano a una diagnosi esatta.

L'Allergia Alimentare provoca reazioni che possono comparire da pochi minuti a poche ore, interessando diversi organi ed apparati: cute e mucose, l'apparato gastroenterico, l'apparato respiratorio e cardiocircolatorio; i sintomi che ne derivano possono dunque essere numerosi e vari: orticaria angioedema, rash eritematoso, dermatite atopica, vomito, diarrea, coliche addominali, broncospasmo, edema della glottide fino allo shock anafilattico che si accompagna sempre a ipotensione.

Per fare una corretta diagnosi è fondamentale l'anamnesi, soprattutto per stabilire una correlazione temporale tra l'assunzione dell'alimento e la comparsa dei sintomi. Il passo successivo prevede l'esecuzione del test cutaneo, lo Skin Prick Test, rapido metodo di screening, poco costoso e a basso rischio; secondo l'alimento che deve essere testato, a volte è meglio utilizzare l'estratto fresco, poiché gli allergeni possono essere denaturati durante allestimento industriale, dando quindi un risultato falsamente negativo; questo dato riguarda prevalentemente i cibi consumanti freschi, quali i vegetali.

Il limite di tale indagine è che un test cutaneo positivo non basta per fare diagnosi di reazione allergica a un alimento, tale indagine andrà sempre accompagnata all'esecuzione di un prelievo di conferma, meglio se eseguito con macchinario validato secondo i metodi scientifici.

Alcuni pazienti che hanno un'allergia respiratoria presentano una cross reattività, vale a dire hanno reazioni mangiando alcuni alimenti: in realtà in questo caso non sono allergici all'alimento in quanto tale ma a una sua piccola porzione, che è in comune con l'allergene respiratorio, tipico es. è l'allergia agli acari della polvere e le lumache. Una volta assunto l'alimento incriminato, l'organismo reagirà come se avesse ingerito l'allergene respiratorio.

Esiste poi una particolare condizione, l'anafilassi indotta dallo sforzo fisico (WDEIA); è una severa forma di allergia in cui, l'assunzione di grano fatta prima dell'attività fisica, produce sintomi anafilattici (orticaria angioedema, broncospasmo,

shock anafilattico). Questo perché la vasodilatazione indotta dall'esercizio facilita l'assorbimento del grano attraverso il tratto gastroenterico.

L'unica cura è evitare assolutamente l'assunzione di grano: prudenzialmente quindi è meglio non assumere pasta, pane e derivati entro le quattro ore che precedono l'attività fisica.

Una volta fatta diagnosi di allergia alimentare, l'unica cura è evitare l'alimento incriminato, avvertendo il paziente che questo può contaminare o trovarsi contenuto in tracce in cibi che ne sembrano apparentemente privi; ad ES se un paziente è allergico alla pesca, non potrà mangiare una macedonia che la contiene semplicemente scartandola, oppure porre attenzione se mangia biscotto fatto in uno stabilimento dove sono utilizzati prodotti con guscio, ed è allergico alla frutta secca.