



Disbiosi intestinali e intolleranze alimentari

.....nel bambino

Roberto Sassi

Cos'è l'intolleranza alimentare ?



E' una reazione avversa agli alimenti, di tipo **non** tossico, **non** immunologicamente mediata

infatti

Gli alimenti possono produrre tre tipi di reazioni avverse :

Reazioni allergiche : sempre dovute a meccanismi immunologici e non dipendenti dalla dose assunta

Reazioni pseudoallergiche : spesso dipendenti dalla dose assunta, con meccanismi non immunologici (reazioni ad additivi alimentari)

Reazioni da intolleranza : dovute a deficit enzimatici

o a reazioni farmacologiche



Deficit di lattasi

Deficit della G6PD (favismo)

Amine vasoattive (pesce..)

Additivi alimentari (coloranti, conservanti, aromi,...)

Le certezze (?)

- Solamente pochi casi (5% circa) di reazioni avverse ad alimenti sono da considerare di origine allergica.
- Una vera allergia alimentare è frequente soltanto nella prima infanzia.



Deficit enzimatici

Deficit di Glucosio-6-Fosfato-Deidrogenasi (favismo)

Intolleranza al lattosio (deficit di lattasi) :

- Congenita
- Secondaria a danno intestinale (rotavirus)
- Intolleranza tardiva al lattosio : determinata dalla perdita progressiva dell'attività lattasica (glucosio+galattosio) che nell'adulto è ridotta al 5-10% rispetto alla nascita. Particolarmente frequente in Sicilia dove la prevalenza è del 71%.



Reazioni farmacologiche

L'alimento o l'additivo alimentare produce, in questi casi, un effetto farmacologico scatenante simile alla istamina.

Le intolleranze alimentari da reazione farmacologica sarebbero aumentate nel tempo per il cambio delle abitudini alimentari, il consumo di cibi preparati e conservati, l'uso di additivi.

Esse sono determinate da sostanze contenute negli alimenti (amine vasoattive) o aggiunte agli alimenti (coloranti, conservanti, insipidenti, aromi).



Amine vasoattive

- Alimenti il cui effetto farmacologico è legato all'istamina
- Alimenti il cui effetto farmacologico è legato alla tiramina (caffè, the, cioccolato, coca-cola, pepsi-cola, cacao)



Le **manifestazioni** iniziano 20 – 60 minuti dopo l'ingestione, con :

- Nausea, vomito
- Cefalea
- Crisi ipertensive
- Ictus cerebrovascolare

Additivi alimentari

La prevalenza degli intolleranti agli additivi alimentari è, secondo alcune statistiche, dello 0,03 – 0,5% nella popolazione generale.

I più importanti additivi alimentari nella pratica clinica sono :

Tartrazina : presente in :

- Dolci e gelati
- Paste
- Pasticcini
- Zuppe e salse
- Bibite
- Medicamenti

CLINICA : astenia, cardiopalmo, prurito, orticaria cronica, asma



Additivi alimentari

Solfiti : presenti in :

- Frutta fresca
- Insalata
- Succhi di frutta
- Pesci e crostacei
- Vino, birra
- Bibite
- Medicamenti
- Utilizzati anche per conservare il colore rosso delle carni

CLINICA : prurito, eritema, orticaria, vomito, diarrea, coliche, asma, rinite, ipertensione, shock



Additivi alimentari

Salicilati : un tempo largamente utilizzati nella industria conserviera, sono da tempo vietati.

Va ricordato, comunque, che numerosi alimenti vegetali contengono naturalmente quantità variabili di salicilato : **pomodori, fragole, mirtilli, prugne, pesche, uva passita, cetrioli, albicocche, arance, ciliegie, mandorle, piselli, mele, mandarini, banane, noci**

CLINICA : orticaria, asma

Glutammato monosodico: sindrome del ristorante cinese (!)

CLINICA : flush facciale, asma, sensazione di oppressione e dolore toracico, cardiopalmo, perdita della sensibilità delle narici, cefalea, ipotensione, nausea, dolore addominale



Additivi alimentari

Benzoato di sodio : si trova nella maionese e nelle bibite analcoliche con meno del 12% di succo (es. coca cola light, fanta, sprite, nestea). Notevole interesse ha destato la pubblicazione dello studio di Southampton riguardante l'effetto del benzoato di sodio sul comportamento dei bambini con iperattività o con sindrome da deficit di attenzione e iperattività (ADHD).

CLINICA : flush facciale, asma, sensazione di oppressione e dolore toracico, cardiopalmo, perdita della sensibilità delle narici, cefalea, ipotensione, nausea, dolore addominale



I dubbi

- L'importanza degli additivi alimentari è stata attualmente notevolmente ridimensionata.
- Gli additivi, ad esempio, sembra che possano accentuare un'orticaria già insorta, ma che non svolgano un ruolo diretto nella sua insorgenza.
- Secondo alcuni autori gli additivi contenuti negli alimenti probabilmente non sono responsabili di reazioni importanti nel bambino.



Mangiare sano !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

- | | |
|------------------------|------------------------|
| Conservanti | Sali di fusione |
| Antiossidanti | Agenti schiumogeni |
| Coloranti | Gelificanti |
| Edulcoranti | Agenti di rivestimento |
| Esaltatori di sapidità | Umidificanti |
| Addensanti | Amidi modificati |
| Coadiuvanti | Gas di imballaggio |
| Acidificanti | Propellenti |
| Correttori di acidità | Agenti lievitanti |
| Antiagglomeranti | Sequestranti |
| Antischiumogeni | Stabilizzanti |
| Agenti di carica | |
| Emulsionanti | |



Grazie

