

DIFFERENZA TRA ALLERGIA ALIMENTARE E INTOLLERANZA ALIMENTARE

Sia l'allergia che l'intolleranza alimentare sono espressioni di "sensibilità al cibo" ed entrambe possono provocare sintomi piuttosto gravi. Se avete un'allergia alimentare significa che il vostro sistema immunitario reagisce ad un cibo specifico. Ciò causa 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 è anch'essa una reazione avversa ad un cibo specifico, ma i sintomi si manifestano più lentamente (ALLERGIA RITARDATA). I sintomi possono essere fastidiosi ed in alcuni casi gravi, ma in genere non tanto da mettere in pericolo di vita.

Con sintomi diversi da soggetto a soggetto, le intolleranze alimentari producono disturbi che si manifestano anche a distanza di 48/72 ore dall'ingestione dell'alimento responsabile (REAZIONE RITARDATA), talvolta anzi è necessario ripetere per più giorni la sua introduzione per poter vederne i sintomi comparire. Sono quindi ben diverse dalle allergie classiche, che invece si manifestano immediatamente con l'assunzione dell'elemento incriminato (REAZIONE IMMEDIATA); questo elemento considerato come allergene dal sistema immunitario, scatena una reazione immediata immunoglobuline dipendente con conseguente liberazione di istamina.

Le **intolleranze sono dette DOSE-DIPENDENTE** il che significa che la reazione avversa normalmente si ha dopo l'ingestione di una quantità minima di cibo intossicante, mentre le **allergie non sono DOSE-DIPENDENTE** ovvero significa che la reazione avversa si ha subito dopo che il cibo allergizzante viene ingerito e senza dipendere dalla quantità.

L'intolleranza agisce per accumulo e può essere paragonata ad una sorta di "intossicazione" associata alla produzione di anticorpi (IgG) che concorrono all'instaurarsi di una situazione infiammatoria che può manifestarsi a carico di vari organi e apparati.

I PRINCIPALI DISTURBI SONO:

Apparato respiratorio

Riniti, sinusiti, tosse, sindrome asmatiche

Apparato gastro-enterico

Coliti, Colon irritabile, gonfiori, stipsi, diarrea, dolori addominali, gastrite, prurito anale

Apparato genito-urinario

Calo della libido, disuria, cistiti e vaginiti ricorrenti

Apparato cardio-circolatorio

Aritmie, palpitazioni

Apparato muscolo-scheletrico

Crampi, spasmi, dolori ossei e muscolari

Apparato cutaneo

Eczema, acne, prurito, seborrea

Il meccanismo che causa lo scatenamento si deve ricercare nell'alterata reazione del sistema immunitario, che in presenza di alcuni alimenti li riconosce come dannosi e di conseguenza reagisce. **Le principali differenze tra allergie ed intolleranze alimentari si possono riassumere come nello schema seguente:**

ALLERGIE IMMEDIATE

- Produzione di immunoglobuline IgE
- Non sono dose-dipendenti
- I sintomi compaiono entro breve tempo dall'assunzione del cibo (entro 24 ore)

ALLERGIE RITARDATE O INTOLLERANZE

- Produzione di immunoglobuline IgG
- Dose-dipendente
- I sintomi sono meno intensi e compaiono a distanza di tempo dall'assunzione del cibo (entro 72 ore)

Esiste una correlazione fra intolleranza e allergia alimentare: un sovraccarico alimentare, può, dopo un periodo più o meno lungo di latenza, durante il quale si è instaurata intolleranza, sfociare in allergia immediata agli alimenti.

E LA CELIACHIA?

La **celiachia** è un disordine dell'intestino tenue causato da una reazione immunitaria al glutine (una proteina che si trova in grano, orzo e avena) presente nella dieta. Non è un'allergia alimentare ma una malattia autoimmune. Nella celiachia il rivestimento dell'intestino è danneggiato dai globuli bianchi del sangue del sistema immunitario e non da anticorpi (come nelle reazioni allergiche alimentari).

Solamente il 1,4% della popolazione soffre di allergie alimentari immediate mentre è stato stimato che circa il 40% della popolazione sospetta di essere intollerante ad alcuni cibi.

Le intolleranze alimentari rappresentano un fenomeno in aumento al punto che la ricerca scientifica dedica molte energie nella messa a punto di test affidabili che aiutino il medico ad individuarle e curarle.

Oggi è possibile effettuare presso il Laboratorio SALUS un test di ultima generazione (basato sul metodo IMMUNENZIMATICO) scientificamente testato e validato basato sull'analisi qualitativa e quantitativa delle Immunoglobuline IgG interessate nel processo di reazione avversa provocata dalle intolleranze alimentari.



Si possono effettuare due tipologie di test per la ricerca di intolleranze alimentari, uno basato su 40 alimenti e l'altro su 109 alimenti:

TEST 40 ALIMENTI

Mais, avena, riso, segale, grano saraceno, latte vaccino, albume, tuorlo, pollo, tacchino, maiale, merluzzo, baccalà, platessa, granchio, aragosta, gambero, carota, fagiolo, fagiolo bianco, soia, pisello, cavolo, broccoli, cavolfiore, patata, mela, pera, lampone, fragola, mora, arancio, limone, pompelmo, mandorla, anacardo, nocciola, pinolo, lievito, lievito di birra.

TEST 109 ALIMENTI

Carciofo, melanzana, finocchio, broccolo, zuccina, cipolla, funghi, cavolfiore, cavolo, cicoria, pisello, pinolo, lenticchie, cetriolo, zucca, pomodoro, carota, peperone, pepe rosso, paprika, peperoncino, mostarda, pepe bianco, pepe nero, aglio, prezzemolo, basilico, capperi, oliva, semi di girasole, semi di sesamo, semi di cola, riso, avena, segale, orzo, frumento, grano duro, grano saraceno, granturco, glutine, lievito di birra, lievito di pane, mitile, ostrica, vongola, scampo, gambero, aragosta, granchio sardina, acciuga, seppia, calamaro, polpo, tonno, merluzzo, sogliola, trota, nasello, spigola, salmone, albicocca, pesca, ciliegia, prugna, fragola, kiwi, limone, cedro, mela, melone, arancia, mandarino, pera, ananas, banana, castagno, uva bianca, uva nera, anguria, fico, mandorla, noce, nocciola, nocciolina, pistacchio, bianco uovo, tuorlo uovo, latte di mucca, latte di capra, latte di pecora, cacao, caffè, tè, miele, carne di maiale, coniglio, agnello, tacchino, pollo, manzo.



STRUTTURE SANITARIE ASSOCIATE

- ANALISI CLINICHE*
- VISITE SPECIALISTICHE
- RADIOLOGIA*
- ORTOPANORAMICA DIGITALE
- MAMMOGRAFIA LOW DOSE
- MOC
- TAC 3D SPIRALE
- DENTAL SCAN
- RISONANZA MAGNETICA OSTEOARTICOLARE
- ECOGRAFIA
- ECOCOLOR DOPPLER
- ECOCARDIOGRAMMA
- FISIOKINESITERAPIA*
- ASSISTENZA INFERMIERISTICA

CONVENZIONI:

*Servizio Sanitario Regionale
Enti e Assicurazioni

SALUS MEDICAL CENTER

ORARIO AL PUBBLICO:

lun/ven 8.00 - 13.00 / 15.00 - 19.00

sabato 8.00 - 12.30

ORARIO PRELIEVI:

lun/ven 7.30 - 10.30

sabato 7.30 - 10.00

Via Ancona, 94 - Ladispoli (Rm)

Tel. 06 9949944 - www.grupposalus.net

IRMED

ORARIO AL PUBBLICO:

lun/ven 8.30 - 13.00 / 15.30 - 19.30

P.zza I. Odescalchi, 5 - Ladispoli (Rm)

Tel. 06 9946265 - www.grupposalus.net



STRUTTURE SANITARIE ASSOCIATE



TEST per le INTOLLERANZE ALIMENTARI

QUANDO E COME FARE IL TEST?

Il test può essere svolto sia su bambini che adulti e può essere effettuato tutti i giorni dal lunedì al sabato dalle ore 7:30 alle ore 10:00 sottoponendosi ad un semplice prelievo del sangue rispettando il digiuno.