



*I consigli degli esperti dell'ospedale pediatrico Bambino Gesù per prevenire la malattia allergica con interventi precoci*



Roma,

28 gennaio 2020 - Il latte

materno è la prima, importante barriera protettiva contro le varie forme di allergia che, in

Italia, colpiscono circa 1 bambino su 4. Possono comparire ad ogni età, anche nel primo anno di vita, e sono influenzate dalla predisposizione genetica e dai fattori ambientali, in particolare quelli dei Paesi occidentali, dove il numero degli allergici è in rapida crescita.

Dagli esperti dell'ospedale Pediatrico Bambino Gesù le indicazioni per prevenire la malattia allergica, dall'allattamento al seno all'introduzione nella dieta di mamme e bebè di prebiotici e probiotici.



*Prof. Alessandro Fiocchi*

La forma più frequente tra i bambini italiani è la rinite allergica che colpisce il 35% dei ragazzi delle scuole medie inferiori; seguono l'asma allergico, la dermatite atopica e le allergie alimentari.

Negli ultimi decenni queste malattie hanno registrato un'impennata soprattutto nei Paesi occidentali o con stili di vita 'occidentalizzati' dove alcuni fattori, come l'igiene sempre più accurata e l'alto livello di inquinamento degli agglomerati urbani, ne favoriscono l'insorgenza e/o il peggioramento.

Anche

la predisposizione genetica ha un ruolo determinante: se mamma e papà non sono allergici, il rischio che un figlio sia allergico è del 10-15%. La percentuale sale al 30% se uno dei genitori è allergico; se lo sono entrambi si arriva anche all'80%.

Le

allergie che colpiscono bambini e adulti possono essere anche gravi, a seconda dei sintomi con i quali si manifestano e dell'impatto sulla qualità della vita. È il caso, in particolare, dei pazienti con anafilassi, ovvero la forma più grave di reazione allergica ad un alimento. Colpisce soprattutto i bambini e gli adolescenti e in età pediatrica ha una prevalenza tra l'1 e il 3%.

I

suoi sintomi si sviluppano molto rapidamente: basta l'ingestione, il contatto, o la semplice inalazione di minime quantità dell'allergene per scatenare orticaria, edema e gonfiore del volto, prurito e gonfiore delle estremità, rinite, congiuntivite, mancanza di fiato, tosse convulsa. In circa 3 casi su 100 si arriva anche alla riduzione della pressione arteriosa e allo shock anafilattico.

“Per

contrastare la marcia allergica tra i bambini oggi abbiamo alcune armi efficaci, ma l'intervento deve essere precoce - spiega Alessandro Fiocchi, responsabile di Allergologia del Bambino Gesù - È scientificamente provato, infatti, che particolari interventi sulla dieta e sulle abitudini di vita delle future mamme e dei neonati entro le prime 4 settimane dalla nascita riducono il rischio di sviluppare allergie nel corso della crescita”.

La

prima barriera contro le allergie - sottolineano gli esperti del Bambino Gesù - è il latte materno

che contiene una serie di sostanze (anticorpi specifici, batteri, zuccheri complessi ad azione sul microbioma intestinale e sul sistema immune del neonato, acidi grassi essenziali) in grado di proteggere il bambino dalle infezioni e dalla comparsa di numerose malattie, tra cui le malattie allergiche. I benefici del latte materno sono riconosciuti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, che ha fatto dell'allattamento al seno uno degli obiettivi prioritari di salute pubblica a livello mondiale.

Quando

il latte della mamma non è disponibile, ai bambini a rischio di sviluppare allergie, in particolare alle proteine del latte vaccino, si raccomandano prodotti idrolizzati. Si tratta di 'latte' formulati in modo da avere una composizione il più vicina possibile a quella del latte materno che vengono sottoposti a un particolare procedimento (idrolisi) che provoca la scissione delle proteine riducendone la capacità di indurre reazioni allergiche.

Un'altra

strategia preventiva è l'introduzione nella dieta di mamme e bambini di prebiotici e probiotici.

Questi ultimi sono microrganismi vivi (presenti in molti alimenti comuni, come yogurt o latte fermentato) che possono apportare benefici alla salute quando somministrati in quantità adeguate. In qualità di immuno-modulatori della risposta allergica, nelle linee guida della World Allergy Organization vengono raccomandati - in determinate situazioni - per la prevenzione delle allergie, soprattutto la dermatite atopica.

“I probiotici - precisa il prof. Fiocchi - se somministrati alla mamma nell'ultimo trimestre di gravidanza, possono ridurre la frequenza di eczema nel lattante del 15%; somministrandoli durante l'allattamento la frequenza si riduce del 10%; se somministrati direttamente al bambino quando non ha il latte di mamma – ad esempio nel latte formulato – possono ridurre la frequenza di eczema del 5%. Per quanto riguarda i prebiotici, invece, si hanno benefici solo se somministrati al lattante, in termini non solo di eczema, ma anche di asma e di allergia alimentare”.

Diverse

ricerche scientifiche hanno dimostrato, infine, l'efficacia dell'applicazione, nel primo anno di vita, di alcune creme emollienti a ridotto stimolo allergenico nel proteggere la pelle dei bambini, mantenendola integra e quindi non incline a sviluppare la dermatite atopica. Questa malattia è infatti caratterizzata da lesioni cutanee molto pruriginose che favoriscono la penetrazione degli allergeni presenti nell'ambiente e, di conseguenza, la comparsa di fenomeni di allergia respiratoria o alimentare.