

# Il “cibo spazzatura” facilita le allergie nei bambini. Lo rivela uno studio in Campania

Ricerca Ceinge, sotto accusa prodotti industriali a basso valore nutrizionale e alto contenuto di grassi o zuccheri

Nuovo capo d'imputazione per il 'cibo spazzatura': oltre ad essere tra i primi responsabili di obesità e sovrappeso nei bambini, si è scoperto che facilita la comparsa di allergie alimentari, in uno studio condotto dal Ceinge Biotecnologie avanzate 'Franco Salvatore' – ripreso da Adnkronos – su un totale di 105.151 bambini della Regione Campania. Dopo aver rilevato un aumento significativo dei casi, pari a circa il 34%, di allergia alimentare nell'ultimo decennio, i ricercatori hanno scoperto che questo aumento di prevalenza è stato tre volte maggiore nei bambini sotto i 3 anni, e per questo hanno voluto cercarne la causa, scoprendo che risiede in gran parte nell'aumentato consumo di alimenti ultra-processati, il cosiddetto 'cibo spazzatura'.

Secondo il team guidato Roberto Berni Canani, ordinario di Pediatria, direttore del programma di Allergologia pediatrica dell'Università Federico II di Napoli e direttore del Laboratorio di ImmunoNutrizione del Ceinge, ad essere fortemente 'sotto accusa' sono quegli alimenti a basso valore nutrizionale e ad elevato contenuto di grassi o zuccheri, tipici delle preparazioni industriali come merendine, snack confezionati dolci o salati, pizze e patatine surgelate, hamburger, würstel, hot dog, bibite analcoliche zuccherate, dolci elaborati, pane e focacce confezionati di serie, carni lavorate e pietanze surgelate preconfezionate. I ricercatori hanno dimostrato infatti come questi alimenti sono in grado di alterare le funzioni del sistema immunitario del bambino favorendo lo sviluppo di allergia alimentare.

“La composizione dei cibi ultra-processati – spiega Roberto Berni Canani – si può semplicemente sintetizzare così: sono molto ricchi di quello che fa male e poco o niente di quello che fa bene. Sono ricchi di zuccheri, sale, carboidrati e grassi idrogenati e poveri di fibre, proteine, vitamine e minerali. Il loro successo dipende da altro: sono buoni e sono pronti da mangiare subito, al massimo dopo un veloce passaggio nel forno a microonde. Secondo uno studio recente condotto negli Usa – ricorda l'esperto – il 67% delle calorie della dieta di un bambino proviene oramai da alimenti ultra-processati. Succede negli Stati Uniti. Ma è una tendenza in forte crescita anche in Italia”.

“Abbiamo valutato comparativamente il consumo di alimenti ultraprocesati in una popolazione di pazienti pediatrici affetti da allergia alimentare e in una popolazione di bambini sani – chiarisce Berni Canani – Ebbene, il consumo di alimenti ultra-processati era quasi il doppio nei bambini che avevano sviluppato allergia alimentare rispetto ai bambini sani. In più, con una tecnica non invasiva che permette di studiare l'accumulo delle sostanze dannose presenti in questi alimenti nella pelle dei bambini, utilizzata per la prima volta in età pediatrica in questo studio, abbiamo dimostrato un accumulo molto maggiore di queste sostanze nei tessuti dei bambini affetti da allergia alimentare”.

[Food Affairs](#)

