

Cibo Spazzatura, Secondo Uno Studio Facilita Allergie Nei Bambini

‘Cibo spazzatura’ sempre più nel mirino. Oltre a essere tra i primi responsabili di obesità e sovrappeso nei bambini, si è scoperto infatti che facilita la comparsa di allergie alimentari, in uno studio condotto dal Ceinge Biotechnologie avanzate ‘Franco Salvatore’ 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, a 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...”

[Cibo spazzatura, secondo uno studio facilita allergie nei bambini – Gazzetta di Reggio](#)

