

PRIMO PIANO/SANITA'

Cibo spazzatura: uno studio del Ceinge dimostra che incentiva lo sviluppo di allergie alimentari nei bambini

Il professor Berni Canani consiglia di ridurre il consumo di alimenti commerciali ultra processati, incentivando i genitori a nutrire i bambini solo con cibi freschi e ricchi di nutrienti

Il consumo di cibo «spazzatura» facilita l'insorgenza delle allergie alimentari in età pediatrica. Lo prova uno studio napoletano svolto al Ceinge Biotecnologie avanzate Franco Salvatore su una popolazione totale di 105.151 bambini della Regione Campania.

La ricerca, condotta da Roberto Berni Canani, ordinario di Pediatria, Direttore del Programma di Allergologia Pediatrica dell'Università degli Studi di Napoli Federico II, e Direttore del Laboratorio di ImmunoNutrizione del Ceinge, ha rilevato un aumento significativo dei casi (circa il 34 %) di allergia alimentare nell'ultimo decennio.

Questo aumento di prevalenza è stato tre volte maggiore nei bambini di età inferiore ai 3 anni.

Gli studiosi hanno quindi cercato la causa di un aumento così rilevante e rapido dei casi in soli 10 anni.

Secondo il team del professor Berni Canani la risposta sta in gran parte nell'aumentato consumo di alimenti ultraprocesati, il cosiddetto «cibo spazzatura». 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 del Laboratorio di ImmunoNutrizione del Ceinge 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 si può semplicemente sintetizzare così – spiega Roberto Berni Canani – 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, il 67 per cento 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».

I risultati dello studio sono stati pubblicati sulla prestigiosa rivista di allergologia e di immunologia clinica *Journal of Allergy and Clinical Immunology** (organo ufficiale dell'American Academy of Allergy, Asthma & Immunology, la più grande società scientifica americana dedicata allo studio delle patologie allergiche).

«Abbiamo valutato comparativamente il consumo di alimenti ultraprocescati in una popolazione di pazienti pediatrici affetti da allergia alimentare e in una popolazione di bambini sani – chiarisce il professor Berni Canani – Ebbene, il consumo di alimenti ultraprocescati 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».

«Successivamente – aggiunge – per individuare un nesso causale tra esposizione a cibi ultraprocescati e sviluppo di allergia alimentare, abbiamo condotto una serie di esperimenti su cellule umane. I risultati di questi esperimenti hanno evidenziato che i cibi spazzatura sono di fatto dei potenti induttori di allergia alimentare in quanto in grado di determinare severe alterazioni della barriera intestinale, infiammazione e forte risposta allergica».

Quindi una raccomandazione da parte del pediatra Berni Canani: «I risultati di questo studio sono di grande importanza per la comprensione delle cause del preoccupante trend in continuo aumento di incidenza e prevalenza dei casi di allergia alimentare in età pediatrica nel mondo occidentale e aprono la strada ad una importante, semplice ed economica strategia di prevenzione: ridurre drasticamente il consumo di alimenti commerciali ultraprocescati e favorire il consumo da parte dei nostri bambini di alimenti freschi e ricchi di frutta, verdure, olio d'oliva, pesce e legumi. Meglio se cotti a basse temperature».

Ogni mese oltre 400 bambini giungono all'osservazione del Centro di Allergologia Pediatrica dell'Azienda Ospedaliera Universitaria «Federico II», che dunque accoglie una delle casistiche più ampie al mondo di bambini affetti da allergia alimentare.

Così il team napoletano sta già sviluppando diverse attività formative attraverso interventi nelle scuole. Ma molto ancora resta da fare per promuovere specie in età pediatrica abitudini alimentari sane.

RIPRODUZIONE RISERVATA

[Cibo spazzatura: uno studio del Ceinge dimostra che incentiva lo sviluppo di allergie alimentari nei bambini \(ilmattino.it\)](https://ilmattino.it)

PRIMO PIANO | SANITÀ

IL MATTINO

Cibo spazzatura: uno studio del Ceinge dimostra che incentiva lo sviluppo di allergie alimentari nei bambini

Il professor Berni Canani consiglia di ridurre il consumo di alimenti commerciali ultra processati, incentivando i genitori a nutrire i bambini solo con cibi freschi e ricchi di nutrienti

Il gruppo di ricerca del professor Berni Canani

Venerdì 5 Gennaio 2024, 13:30 4 Minuti di Lettura

Ascolta questo articolo ora...

Il consumo di cibo «spazzatura» facilita l'insorgenza delle allergie alimentari in età pediatrica. Lo prova uno studio napoletano svolto al Ceinge Biotecnologie avanzate Franco Salvatore su una popolazione totale di 105.151 bambini della Regione Campania.

La ricerca, condotta da Roberto Berni Canani, ordinario di Pediatria, Direttore del Programma di Allergologia Pediatrica dell'Università degli Studi di Napoli Federico II, e Direttore del Laboratorio di ImmunoNutrizione del Ceinge, ha rilevato un aumento significativo dei casi (circa il 34 %) di allergia alimentare nell'ultimo decennio.