

ALLERGIE E INTOLLERANZE ALIMENTARI



DOTT. SSA MONICA TOSELLI

QUESTA FORMAZIONE PERCHE'



**Abbiamo bisogno di
un nuovo modo di pensare
per risolvere i problemi
causati dal
vecchio modo di pensare
(a. einstein)**

CHE L'ALIMENTO SIA LA TUA MEDICINA E LA
TUA MEDICINA SIA IL TUO ALIMENTO,MA GLI
ALIMENTI POSSONO DIVENTARE ANCHE
VELENO'

- ✓ **IL CIBO** PUO' ALLORA
RAPPRESENTARE **GRAVE**
PERICOLO PER LA SALUTE
PROVOCANDO DELLE
REAZIONI AVVERSE IN
GRADO TALVOLTA DI'
MINACCIARE LA VITA
STESSA DELLA PERSONA



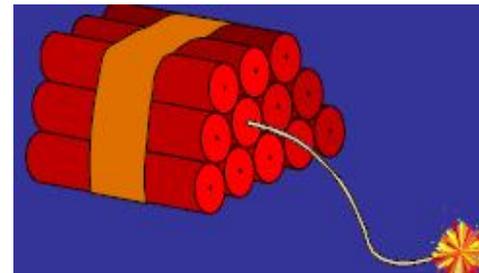
COSA SUCCEDDE

GLI ALIMENTI POSSONO CONTENERE DELLE
SOSTANZE CHIMICHE

(INVISIBILI AD OCCHIO NUDO

IN GRADO DI' PROVOCARE IN ALCUNI
SOGGETTI **REAZIONI AVVERSE** CONOSCIUTE
COME:

**ALLERGIE ed INTOLLERANZE
ALIMENTARI**



QUALCHE DATO EPIDEMIOLOGICO

IN EUROPA LE REAZIONI AVVERSE
(ALLERGIE E INTOLLERANZA) AGLI ALIMENTI
RAPPRESENTANO:

- 1-2% DELLA POPOLAZIONE ADULTA
- 3-8% DELLA POPOLAZIONE INFANTILE
- *85% POI DI' TUTTE LE REAZIONI AVVERSE E'
DI' TIPO MULTIPLO (INTERESSA DIVERSI ALIMENTI)*



INTOLLERANZE ALIMENTARI



- SI PARLA DI INTOLLERANZA QUANDO L'APPARATO DIGERENTE HA DIFFICOLTA' NELL'ASSORBIRE PARTICOLARI CIBI A CAUSA DI UN DEFICIT ENZIMATICO O DI' UNA SCARSA MASTICAZIONE ,E' UNA REAZIONE SU BASE IMMUNOLOGICA NON IGE PERCHE' NON PRODUCONO SCHOK ANAFILATTICO OPPURE POSSONO ESSERE SCATENATE DALL'ASSUNZIONE DI ANTIBIOTICI
- SINTOMI : NON SONO IMMEDIATI, SPESSO NON SONO RIFERIBILI ALLA SOSTANZA ASSUNTA, INIZIANO DISTURBI LIEVI CHE PERDURANO NEL TEMPO SENZA CONOSCERNE IL MOTIVO ES:ORTICARIA,IRRITAZIONE DELLA MUCOSA INTESTINALE
- L'INTOLLERANZA PUO' ESSERE LATENTE NELL'INFANZIA E NELLA ADOLESCENZA
- BISOGNA ELIMINARE IMMEDIATAMENTE GLI ALIMENTI SOSPETTI E ACCERTARSI CHE NON SIA ALLERGIA

CAUSE DELL'INTOLLERANZA

- LE INTOLLERANZE SI INSEDIANO COMUNQUE IN UN ORGANISMO PREDISPOSTO GENETICAMENTE O CON UNO SBILANCIAMENTO DELLA BARRIERA INTESTINALE PROVOCANDO UNA ROTTURA DELL' EQUILIBRIO CIBO-OSPITE
- INTRODUZIONE PRECOCE NEL LATTANTE DI' LATTE VACCINO E SUOI DERIVATI, USO DI' ANTIBIOTICI, INFEZIONI VIRALI O BATTERICHE A CARICO DELL'INTESTINO, INFESTAZIONI PARASSITARIE INTESTINALI, STRESS EMOTIVI





ALIMENTI RESPONSABILI DELLE INTOLLERANZE

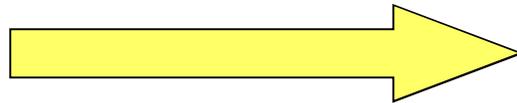
- I PIU' FREQUENTI SONO : ANANAS, LIEVITI, LATTE E LATTICINI,FRUTTI ESOTICI, CROSTACEI, ALBUME D' UOVO,CAVOLI, SPEZIE,FRUMENTO, OLI VEGETALI E OLIO DI'OLIVA NON SPREMITI A FREDDO
- TENDENZIALMENTE ALLERGIZZANTI: PESCE,CROSTACEI, ARANCIE,UOVA,SOIA,LATTE VACCINO,PESCHE,KIWI,
- RICCHI DI' ISTAMINA : SARDE,TONNO,ARINGHE,SGOMBRI, SALMONE,CROSTACEI,FUNGHI,PEPERONI,POMODORI, SPINACI,CIOCCOLATO, FORMAGGIO STAGIONATO E FERMENTATO, GORGONZOLA,EMMENTAL,BANANE SALSICCE,SALAME, COPPA,ALCUNI VINI E BIRRA
- ISTAMINO LIBERATORI : FRAGOLE

INTOLLERANZA AL LATTE VACCINO E SUOI DERIVATI



ESISTONO DI 4 TIPI:

AL LATTOSIO



ZUCCHERO DISACCARIDE

ALLE PROTEINE DEL
LATTE VACCINO



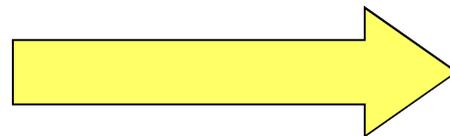
BETALATTOGLOBULINE,
LATTOALBUMINA E CASEINA

L'INTOLLERANZA
PSICOGENA



PURO E SEMPLICE
DISGUSTO

L'INTOLLERANZA
CAUSATA DA
INQUINAMENTO
BATTERICO O CHIMICO



LATTE TRATTATO
INDUSTRIALMENTE E
NON BEN PASTORIZZATO



PROTEINE DEL LATTE VACCINO

- **SINTOMI:** GONFIORE,DIARREA,PALLORE,
COLICHE,MALATTIE DELLA PELLE FINO A EMORRAGIE
INTERNE ED EPISODI POLMONARI
- **CAUSE:** ECCESSO DI PROTEINE NELLA DIETA
INCOMPLETO SVILUPPO DELLE BARRIERE
INTESTINALI,DECIFIT DI IMMUNOGLOBULINA A
(CARENTE SE NON SI E' ALLATTATI AL SENO),
MALATTIE ENTERICHE CHE HANNO DANNEGGIATO I
MICROVILLI E RIDOTTO L'AZIONE DEGLI ENZIMI

CIBI CHE CONTENGONO LATTE



- FORMAGGIO, YOGURT, GELATO, CAPPUCCINO, NUTELLA, BUDINI, FRAPPE', FRULLATI, BURRO, ALCUNI PESTI ALLA GENOVESE, RAVIOLI, TORTELLI AL MAGRO, LASAGNE, CANNELLONI, SFORMATI, SOUFFLE', GNOCCHI, PURE' DI PATATE, PIZZA, CALZONI, PANINI, TOAST, TRAMEZZINI, PANNA, MASCARPONE, MERENDINE, BISCOTTI, SALSE, SCATOLAME, MORTADELLA, WURSTEL, SALAME, COTTO, PASTICCERIA E PRODOTTI PRECOTTI DA INFORNARE PER FARE FOCACCIE E SIMILI

SINTOMI DELL'INTOLLERANZA



- DOPO AVER RAGGIUNTO LA DOSE SOGLIA, I SINTOMI SI PRESENTANO DA 1 A 36 ORE DOPO L'ASSUNZIONE DELL'ALIMENTO PROVOCANDO: STANCHEZZA, CEFALEA, GONFIORI ADDOMINALI POST-PRANDIALI, STIPSI O DIARREA, COLITE, METEORISMI INFEZIONI RICCORENTI, PELLE SECCA, ECZEMI, ORTICARIA, DOLORI ARTICOLARI, DISORDINI DEL PESO SIA IN ECCESSO CHE IN DIFETTO, DOLORI PREMESTRUALI, DISTURBI DELL'UMORE: DEPRESSIONE, IRRITABILITA', MAL DI' GOLA E BRONCHITI RICCORENTI

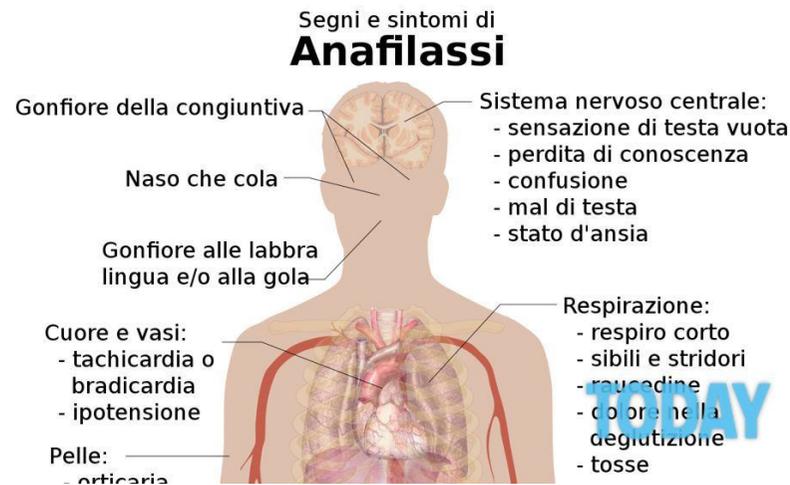


ALLERGIE ALIMENTARI

- SI DEFINISCE ALLERGIA UNA REAZIONE ANOMALA DELL'ORGANISMO AD UNA SOSTANZA COMUNEMENTE INNOCUA.
- IL SOGGETTO ALLERGICO CHE ENTRA IN CONTATTO CON L'ALLERGENE PRODUCE GRANDI QUANTITA' DI IMMUNOGLOBULINE DI TIPO E(IGE) E DOPO QUESTO CONTATTO L'ORGANISMO PRODUCE ISTAMINA.
- I SINTOMI POSSONO MANIFESTARSI SUBITO DOPO AVER INGERITO L'ALIMENTO O DOPO IL CONTATTO CON L'ALLERGENE
(ES: ESAME DI' LABORATORIO)

CHE COS'E' L'ANAFILASSI ?

- UNA REAZIONE ALLERGICA FORTE, GRAVE, DETTA SISTEMICA, PROVOCATA DA **ALLERGENI SCATENANTI** A CAUSA DI' :
 1. INGESTIONE DI' ALLERGENI CON ALIMENTI E/O FARMACI
 2. PUNTURE DI' INSETTI
 3. INALAZIONI DI' ALLERGENI POLLINI E POLVERI
 4. ASSORBIMENTO DI' ALLERGENI ATTRAVERSO IL CONTATTO (esempio guanti in lattice)



ALIMENTI RESPONSABILI DELLE ALLERGIE

- UOVA (**ALBUME NEI CONDIMENTI PER INSALATA, NELLE MINESTRE COMMERCIALI E NELLE CARNI IN SCATOLA**), CROSTACEI, PESCE COME MERLUZZO E MOLLUSCHI, NOCCIOLE, FRUTTA SECCA, BANANA, GRANO, ARACHIDI, KIVI, PESCHE, MELE, PERE, SOIA (**PANE, HAMBURGER**) PRUGNE, CILIEGIE, ALBICOCHE SEDANO, CARNE DI' MAIALE, AVOCADO, CASTAGNA, MELONE E LATTE VACCINO (**PROTEINE DEL LATTE SONO PRESENTI NELLE SALSICCE, NEL PESCE IN SCATOLA E NEI RIPIENI DI' CARNE**)
- L'ALLERGIA AL LATTE E ALL'ALBUME E' MOLTO FREQUENTE NEI BAMBINI E COMPARE A 3/6 MESI PER SCOMPARIRE ATTORNO I 10 ANNI
- SPESSO LE ALLERGIE SONO INCROCIATE CON ALTRE ESEMPIO POLLINE = FRUTTA E VERDURA APPARTENENTI ALLA STESSA FAMIGLIA DI' PIANTE



L'ALLERGIA AI LATTICINI PROVOCA

- **ALTRE FORME DI ALLERGIA COME:**

- CUTANEE

- ASMA

- RAFFREDDORE DA FIENO

- ALIMENTARI

- CAUSE: ECCESSIVO UTILIZZO DI LATTICINI, FARINACEI, ZUCCHERO, DOLCI, CIBI GRASSI E OLEOSI, FRUTTA TROPICALE, MEDICINE, CIBI CRUDI, CEREALI RAFFINATI, SPEZIE, CARNI ROSSE, UOVA, POLLAME, PESCE AZZURRO, SUCCHI DI FRUTTA, BEVANDE FREDE E ANALCOLICHE .

QUESTI ALIMENTI RISTAGNANO NELL'INTESTINO





SINTOMI DELLE ALLERGIE

- SINDROME ORALE ALLERGICA: PRURITO, GONFIORE ALLE LABBRA, AL PALATO E ALLA GOLA QUANDO L'ALIMENTO ENTRA IN CONTATTO CON LA BOCCA
- GASTROINTESTINALE: NAUSEA, VOMITO, CRAMPI GONFIORI ADDOMINALI, DIARREA E FLATULENZA, QUANDO L'ALIMENTO RAGGIUNGE STOMACO E INTESTINO
- ORTICARIA-ANGIOEDEMA: REAZIONI CUTANEE SUPERFICIALI = PUNTI ERITEMATOSI-ECZEMI CON PRURITO PROFONDE = GONFIORE MOLTO PRONUNCIATO CON SENSAZIONE DI' BRUCIORE E DOLORE
- SHOCK ANAFILATTICO: DIFFICOLTA' RESPIRATORIA,

CADUTA DI' PRESSIONE E PERDITA DI' CONOSCENZA COMPARE
ENTRO UN'ORA CHIAMARE 112



REAZIONI ALLERGICHE

- NON SONO TUTTE UGUALI, PERCHÉ CI SONO DIVERSI TIPI DI ALLERGIE PIÙ O MENO GRAVI CHE SI MANIFESTANO IN DIVERSI MODI:
 - 1 REAZIONE DOVUTA AL SISTEMA IMMUNOLOGICO ENTRANO IN GIOCO LE IGE ED IGG
 - 2 VERA E PROPRIA INTOLLERANZA CAUSATA DA UN DEFICIT DEGLI ENZIMI ES: LATTE
 - 3 INTOLLERANZE CHE DIPENDONO DALLA QUANTITÀ DI UNA DETERMINATA SOSTANZA ES : FARMACI
- LE INTOLLERANZE NON GRAVI SCOMPAIONO DEL TUTTO DOPO I 10 ANNI E SI STABILIZZANO PER SEMPRE, LE ALTRE GUARISCONO CON LA CRESCITA
- LE ALLERGIE PERO' POSSONO MANIFESTARSI CON EPISODI GRAVI E POSSONO ESSERE LETALI PERCHÉ SCATENATE ANCHE DA BASSE DOSI DI ALIMENTO

ALCUNI TEST



- **CYTOTOXIC TEST = E' UN TEST IN VITRO RICONOSCIUTO SCIENTIFICAMENTE SI EFFETUA SU SANGUE VENOSO TRAMITE UN PRELIEVO DI' 5 CC DI' SANGUE, IL SANGUE POI VIENE MESSO A CONTATTO CON DEGLI ESTRATTI ALIMENTARI, DETERMINANDO COSI' IL TIPO DI' INTOLLERANZA ALIMENTARE, VALUTABILI IN QUATTRO GRADI DI' GRAVITA'**
- **RAST = DOSAGGIO NEL SIERO DI' IGE SPECIFICHE PER SINGOLI ALIMENTI**
- **TEST CUTANEI = PRICK E PATCH SONO I PIU' UTILIZZATI PER DIMOSTRARE L'ALLERGIA AD UN DETERMINATO CIBO MA SPESSO SI POSSONO AVERE FALSI POSITIVI E NEGATIVI**

ALTRI TEST



- **VEGA TEST = E' UN TEST DI' TIPO ELETTRICO COME L'AGOPUNTURA SI EFFETUA CON APPOSITI APPARECCHI I QUALI MISURANO UNA MICROCORRENTE ELETTRICA CHE ATTRAVERSA LA PERSONA, PARTENDO DA UNA TARATURA DI BASE SI VALUTANO LE VARIAZIONI ELETTRICHE CHE AVVENGONO METTENDO IL PAZIENTE A CONTATTO CON GLI ALIMENTI SOSPETTI**
- **DRIA TEST = IL TEST SI BASA SUL TONO E LA FORZA MUSCOLARE NELLE VARIE CONDIZIONI FISIOLOGICHE E PATOLOGICHE IN PRESENZA DI' ALIMENTI NON TOLLERATI, LA MISURAZIONE SI EFFETUA TRAMITE COMPUTER CHE RILEVA LE RISPOSTE DELL'ORGANISMO VERSO LA SOSTNZA NON TOLLERATA E' UN TEST VALIDO MA MOLTO SENSIBILE**
- **PRICK BY PRICK = CONSISTE NEL PUNGERE CON LA STESSA LANCETTA,PRIMA L'ALIMENTO FRESCO POI LA CUTE DEL PAZIENTE PERMETTE DI' TESTARE ALIMENTI NON PRESENTI TRAI TEST STANDAR**

MANIFESTAZIONI

- INTOLLERANZA = NEL BAMBINI I PRIMI SEGNI SONO DATI DA : ERITEMI, ECZEMI CIOE' MACCHIONI ROSEI, POI ROSSI FINO AL CROSTONE
- SI TROVANO : SUL CAPO, GUANCE, POLSI, CAVIGLIE E GENITALI
- ALLERGIA: CAVO ORALE, CAVO PERIOCULARE, METEORISMO INTESTINALE, COMPARSA DI' VESCICOLE, GONFIORE, PRURITO, VOMITO, DIARREA E ORTICARIA





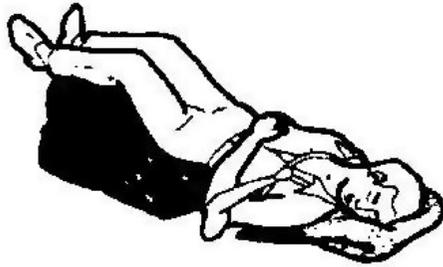
TERAPIA FARMACOLOGICA

- IN CASI DI' REAZIONE ALLERGICA SI SOMMINISTRA ANTISTAMINICI E UNA VOLTA INDIVIDUATA LA CAUSA, SI PROCEDE CON UN TRATTAMENTO DIETETICO CHE ESCLUDE L'ALIMENTO RESPONSABILE DELL'ALLERGIA.
- IN CASO DI' SHOCK ANAFILATTICO SI SOMMINISTRA L'ADRENALINA



SINTOMI DELLO SHOCK

- PRURITO CUTANEO, ALLA LINGUA, SOTTO LA GOLA, SUL PALMO DELLE MANI E SUL DORSO DEL PIEDE
- ERITEMA DIFFUSO, ORTICARIA
- EDEMA (gonfiore) DEL VISO
- RESPIRATORI E CARDIOCIRCOLATORI
(difficoltà respiratoria, alterazioni battito cardiaco, collasso con perdita di coscienza)
- GASTROINTESTINALI (dolori crampi addominali nausea e vomito, difficoltà a deglutire)



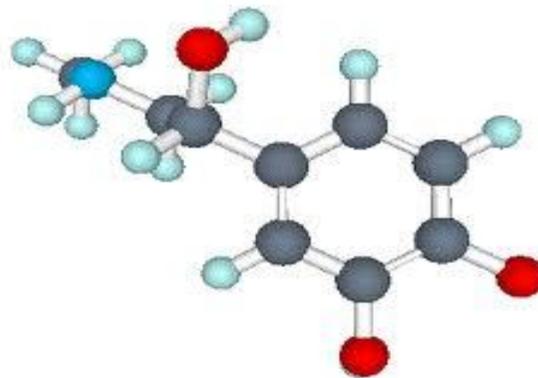
COSA FARE IN CASO DI' SINTOMI

- STENDERE IL BAMBINO/RAGAZZO IN POSIZIONE SUPINA SOLLEVANDO GLI ARTI INFERIORI
- SOMMINISTRARE ADRENALINA SOLUZIONE INIETTABILE PRONTA ALL'USO FASTJEKT
- ATTIVARE IL SERVIZIO 112

IMPORTANTE: INIETTARE SUBITO ADRENALINA SENZA ASPETTARE ! STATE TRANQUILLI, NON SI PROVOCA NESSUN DANNO AL BAMBINO! NON CI' SONO EFFETTI COLLATERALI DANNOSI !!!!!

L'ADRENALINA E'

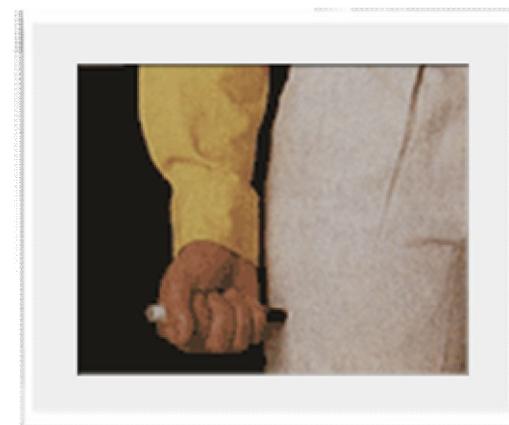
- E'UN ORMONE OVVERO UNA SOSTANZA PRODOTTA DALL'ORGANISMO CON LA FUNZIONE DI' REGOLARE L'ATTIVITA' DI' ORGANI E TESSUTI ED E' SECRETA PRINCIPALMENTE DALLE GHIANDOLE SURRENALI. LA SUA FUNZIONE FONDAMENTALE E' QUELLA DI' PREDISPORRE L'ORGANISMO AD AFFRONTARE SITUAZIONI DI' EMERGENZA SUL PIANO FISICO AGENDO SUL CUORE INDUCENDOLO A BATTERE PIU' VELOCEMENTE E SULLE VIE RESPIRATORIE FRAVORENDO L'APERTURA DEI BRONCHI E QUINDI IL PASSAGGIO DELL'ARIA.
- A LIVELLO FARMACEUTICO VIENE RIPRODOTTA CHIMICAMENTE



COME SI PREPARA, COME E DOVE SI SOMMINISTRA



- FASTJECK ADRENALINA E' UN INIEZIONE CHE HA LA FORMA DI' UNA PENNA
1. TOGLIERE L'ADRENALINA DALL'INVOLUCRO
 2. ESTRARRE IL TAPPO DI' SICUREZZA
 3. APPOGGIARE L'ESTREMITA' NERA DELLA PENNA NELLA PARTE LATERALE DELLA COSCIA



COME SI PREPARA, COME E DOVE SI SOMMINISTRA

4) PREMERE CON FORZA

(si deve sentire lo scatto dell'ago),

MANTENERE LA PENNA COSI'

PER ALMENO 10 SECONDI

5) RIMUOVERE LA PENNA E

MASSAGGIARE LIEVEMENTE LA ZONA

6) CHIAMARE IL 112 E CONSEGNARE IL FASTJECK UTILIZZATO





DOSE DA SOMMINISTRARE E CONSERVAZIONE

- FINO A 30 KG SECONDO QUANTO PRESCRITTO IN RICETTA
- DAI 30 AI 45 KG = 165 MCG (microgrammi)
- SOPRA I 45 KG = 330 MCG

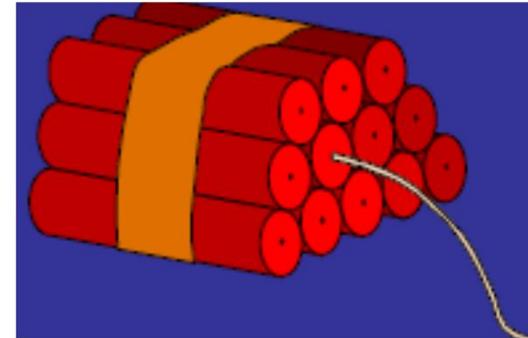
- A SCUOLA L'ADRENALINA DEVE ESSERE CONSERVATA AL RIPARO DA FONTI DI' LUCE E DI' CALORE, A TEMPERATURA AMBIENTE IN UN ARMADIETTO, TENERE CONTROLLATO IL LIQUIDO CHE DEVE ESSERE TRASPARENTE E HA LA DURATA DI' UN ANNO

COSA POSSIAMO FARE

NON POSSIAMO
MODIFICARE IL PERICOLO



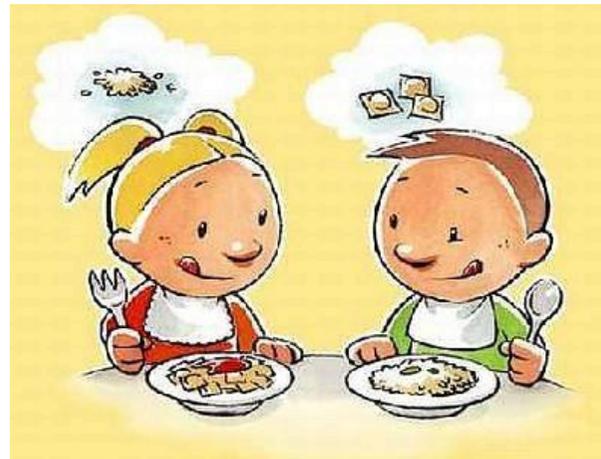
POSSIAMO e
DOBBIAMO
LAVORARE
SUL RISCHIO:



LA PROBABILITA' CHE QUEL PERICOLO **(ALIMENTO)**
ENTRI IN CONTATTO O SIA INGERITO DALLE PERSONE
CHE SONO ALLERGICHE O INTOLLERANTI

CONSUMO DEL PASTO DIETETICO

- IL BAMBINO/A A REGIME DI' DIETA SPECIALE SI RACCOMANDA CHE OCCUPI SEMPRE LO STESSO POSTO IN MENSA E POSSIBILMENTE VICINO ALL'INSEGNANTE
- VIENE SERVITO PER PRIMO
- **CONSUMA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE GLI ALIMENTI CONTRASSEGNA TI CON IL SUO NOME**
- **NON ACCEDE AI "BIS"**



DIETA SPECIALE

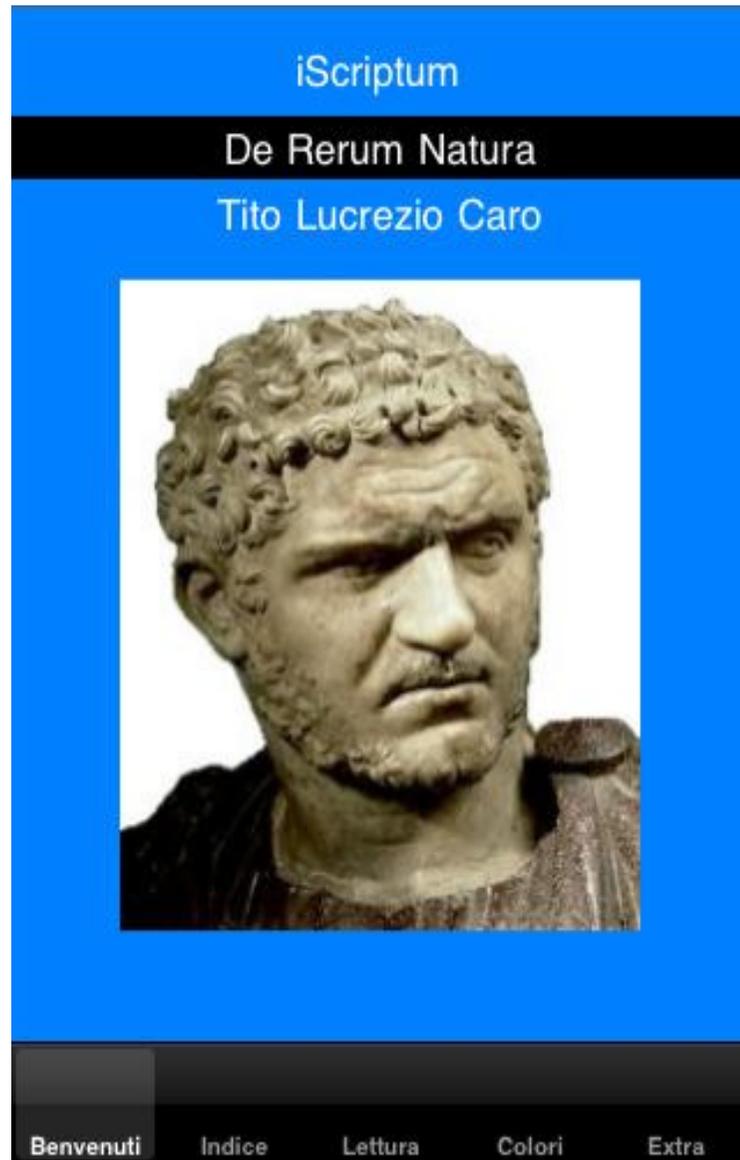
È L'INSIEME DI' **INDICAZIONI ALIMENTARI SPECIFICHE** IN RISPOSTA A
PARTICOLARI BISOGNI DI' SALUTE DELLE PERSONE

IL CIBO DIVENTA PARTE DELLA LORO **TERAPIA**
(ES. DIABETE, CELIACHIA, INTOLLERANZE

E LI' AIUTA AD AVERE UNA MIGLIORE QUALITA' ED ASPETTATIVE DI' VITA.



L'ALIMENTO



Lucrezio (96-53 a.C) nel suo "De rerum natura" afferma:

"Quello che per un individuo è cibo, può essere veleno per un altro".



RICORDATI CHE

INSIEME SI PUO' FARE!