

Allergia alimentare.

Il contatto precoce con gli allergeni alimentari sviluppa tolleranza?



Dopo anni in cui l'opinione corrente era quella di evitare il contatto precoce con gli allergeni alimentari e i medici suggerivano a tutte le madri di evitare la frutta con guscio durante la gravidanza e l'allattamento al seno, le più recenti ricerche sembrano contraddire questa ipotesi.

Una recente ricerca del Dana-Farber Children's Cancer Center di Boston, pubblicata su 'Jama Pediatrics' afferma che i bambini presenteranno un rischio minore di sviluppare un'allergia ad arachidi, noci, nocciole o frutta secca in generale se le loro mamme avranno consumato generosamente questi alimenti durante la gravidanza o l'allattamento.

Negli Stati Uniti la prevalenza di questo tipo di allergia alimentare nell'infanzia è molto elevata e anche cresciuta negli ultimi anni : dallo 0,4% del 1997 al 1,4% del 2010.

L'insorgenza di questa patologia è elevata soprattutto negli anni dell'infanzia e si presenta con il primo contatto del piccolo con il frutto. "Il nostro studio - affermano gli autori - ha dimostrato che l'esposizione precoce agli allergeni di questi alimenti aumenta la probabilità di tolleranza e di conseguenza riduce il rischio di un'allergia alimentare durante l'infanzia".

Nello studio in esame, svolto su 8.205 bambini, sono stati individuati 308 casi di allergia alimentare, tra cui 140 di frutta con il guscio. I risultati dimostrano che i bambini le cui madri (non allergiche) hanno mangiato cinque volte alla settimana un maggior numero di noci o nocciole hanno presentato un rischio minore di sviluppare l'allergia.

Fino a poco tempo fa, l'American Academy of Pediatrics raccomandava di evitare di mangiare arachidi e noci almeno fino a 3 anni di vita e metteva in guardia le donne incinte o che allattavano dal mangiare nocciole. Nel 2008, AAP ha eliminato tali orientamenti, dopo che ulteriori studi hanno mostrato scarso sostenibilità per questa ipotesi. I nuovi dati concordano con l'iniziativa della AAP di cambiare raccomandazione. Questa ricerca supporta l'ipotesi che l'esposizione precoce agli allergeni aumenti la probabilità di tolleranza e di conseguenza riduca il rischio di allergia alimentare nell'infanzia.

Tuttavia, in questo studio, il dato non è stato però confermato tra i figli di madri che invece soffrivano già di una patologia allergica. Ovviamente, le donne che già prima della gravidanza risultavano allergiche noci dovrebbero continuare ad evitare questo cibo.