

ALLERGY DAY

Torna l'**Allergy Day**, la **Giornata Nazionale dedicata alle Allergie**, organizzata dall'**Associazione Allergologi e Immunologi Territoriali Ospedalieri** (AAITO) assieme alla **Lega Calcio**. Ai tifosi che si recano allo stadio a veder giocare la propria squadra del cuore sarà annunciata la manifestazione Allergy Day che durerà per un mese intero, per tutto maggio 2013 in tutt'Italia.

Nell'occasione in tutti gli stadi d'Italia, prima dell'inizio delle partite di serie A, sarà **ricordata l'apertura dei Centri Allergologici nei week end di Maggio**

La giornata punta a sensibilizzare i cittadini, giovani e adulti, pazienti e non, al problema delle allergie. Le malattie allergiche non sono un fenomeno solo stagionale, ma costituiscono un'emergenza perenne, in quanto colpiscono milioni di individui e sono in costante aumento e mutamento. Gli specialisti vogliono puntare a sensibilizzare la fascia giovanile, a volte quella più colpita e anche fornita di minor consapevolezza del problema. Difatti, le allergie si possono combattere per vivere bene e senza grandi problematiche quotidiane. Molto spesso le allergie possono degenerare in shock anafilattico, soprattutto in pazienti in cui si sono presentati precedentemente piccoli segnali premonitori, come orticaria o angioedema, che non sono stati riconosciuti in tempo. E' per questo che occorre essere consapevoli che un consulto dall'allergologo può prevenire forme ben più gravi.

Ecco le 10 regole base per prevenire le allergie e conviverci al meglio:

- 1) **le allergie sono una vera epidemia:** nell'ultimo ventennio sono più che raddoppiate. Nel nuovo millennio 4 italiani su 10 ne soffrono;
- 2) **sono comuni a tutte le età.** Le allergie respiratorie (asma e rinite) e alimentari sono più frequenti nell'età infantile e nei giovani, mentre quelle da farmaci o da veleno di api e vespe interessano maggiormente la popolazione adulta e anche anziana. Per quanto riguarda l'allergia ai pollini, il Bollettino di Previsione Pollinica, curato da 12 anni da parte del dr. Renato Ariano, dell'ASL1 di Imperia (www.polliniallergia.net), fa conoscere le misure preventive da mettere in atto tempestivamente. Questo Bollettino attualmente è diffuso giornalmente anche sulle Reti televisive Mediaset durante il TGCom
- 3) **peggiorano la qualità di vita.** Di chi ne è affetto e causano una documentata diminuzione della produttività scolastica e lavorativa dando rilevanti costi sociali. Le allergie più gravi possono anche essere fatali, come testimoniano le pagine dei nostri quotidiani;
- 4) **si possono diagnosticare precocemente e correttamente in modo da iniziare il più presto possibile una idonea terapia.** I test cutanei sono il primo accertamento a cui segue un esame del sangue per identificare la presenza di anticorpi specifici prodotti contro gli allergeni;
- 5) **esistono terapie efficaci per controllarle.** Farmaci sicuri, subito efficaci e con scarsi effetti collaterali in grado di alleviare i sintomi e di garantire una vita normale, ci sono. Tra questi, i vaccini antiallergici possono interferire sull'evoluzione delle malattie allergiche dell'apparato respiratorio (rinite ed asma) curando l'allergia alla radice;
- 6) **i "vaccini" danno un effetto protettivo.** Anche nel caso delle allergie più gravi come quella da veleno d'insetti (api e vespe) e sono efficaci nella grandissima maggioranza dei casi;
- 7) **sull'etichettatura dei cibi conservati vige una nuova normativa europea che impone la segnalazione dell'eventuale presenza di allergeni alimentari nascosti**, come per esempio tracce di arachidi, nocciole, latte, uovo;

- 8) **essere allergici ai farmaci non vuol dire evitare ogni tipo di terapia** ma scegliere insieme al proprio Allergologo i medicinali da usare attraverso l'esecuzione di test appropriati;
- 9) **svolgere una regolare attività sportiva è possibile.** Le allergie, se trattate correttamente, consentono a tutti di vivere meglio e di praticare anche qualsiasi sport. Atleti allergici hanno partecipato e vinto alle Olimpiadi;
- 10) **centri di Allergologia esistono in tutt'Italia:** presso di essi è possibile effettuare corrette procedure diagnostiche e idonei approcci terapeutici. La loro lista è consultabile sul sito www.aaito.it