

VERO O FALSO Siamo nel pieno della stagione delle reazioni allergiche e

NON TI LASCIARE INFLUENZARE DAI FALSI

Più che la predisposizione genetica, è l'ambiente a pesare sullo

Alice Neri

Milano - Aprile

Milioni di italiani in primavera devono fare i conti con le allergie respiratorie. Complici il cambiamento climatico e l'inquinamento, la stagione dei pollini colpisce un numero crescente di persone. Ma cosa c'è di vero e cosa è solo un falso mito sulle allergie respiratorie? Abbiamo intervistato il dottor Vincenzo Patella, presidente della Società italiana di allergologia, asma e immunologia clinica (Siaaic). Perché se è vero che le allergie respiratorie sono un problema sempre più diffuso, è assodato che con le giuste accortezze possono essere gestite in modo efficace.

Non è solo un problema stagionale

VERO «L'idea che le allergie colpiscano solo in primavera è superata. L'urbanizzazione e lo smog potenziano l'effetto allergizzante dei pollini, aumentando il rischio di sviluppare allergie anche in chi non ne ha mai sofferto prima.



VINCENZO PATELLA

L'inquinamento e i cambiamenti climatici prolungano la stagione allergica da febbraio a settembre,

Il dottor Vincenzo Patella è presidente della Società italiana di allergologia, asma e immunologia clinica (Siaaic).

rendendola un problema sempre più diffuso tutto l'anno».

La principale causa è la genetica

FALSO «Molti credono che se in famiglia nessuno soffre di allergie, allora non si avranno problemi. In generale, però, l'ambiente pesa per il 70% e la genetica solo per il 30%. Ciò significa che fattori come smog, acari, muffe o peli di animali possono indurre lo sviluppo di allergie anche in chi non ha una predisposizione genetica».

L'allergia può peggiorare nel tempo

VERO «Molti sperano che l'allergia passi da sola con gli anni. Se non adeguatamente curata, invece, tende a peggiorare nel tempo e gli episodi diventano più frequenti e intensi. Un trattamento tempestivo, con farmaci da banco o prescritti, può migliorare significativamente la qualità della vita».

Lo sport è sconsigliato per chi soffre di allergie

FALSO «Spesso si pensa che l'attività fisica possa peggiorare i sintomi allergici. Lo sport può essere praticato senza problemi tra i soggetti che soffrono di allergie respiratorie, a patto che i sintomi siano ben controllati. Le uniche discipline da gestire con più attenzione sono l'alpinismo e le immersioni subacquee».



70%
Quanto incide l'ambiente sulle allergie

I bambini e gli anziani sono più a rischio

VERO «Secondo gli esperti, le allergie respiratorie stanno aumentando sia nei bam-

bini sia negli anziani. Nei più piccoli, l'inquinamento, i cambiamenti climatici e un'alimentazione meno variegata hanno contribuito a un incremento del 5-10% dei casi. Negli anziani la sintomatologia è spesso diversa, con sintomi come ostruzione nasale persistente e perdita dell'olfatto».

L'alimentazione non influisce sulle allergie

FALSO «Non tutti sanno che alcuni cibi possono aggravare

milioni di italiani ne stanno soffrendo

MITI SULLE ALLERGIE

sviluppo di questo problema



CIBI

Latte, uova, pesce e
arachidi a rischio
allergie

le reazioni allergiche. Alcuni alimenti, come latte, glutine, uova, pesce, arachidi, frutta a guscio e persino anidride solforosa e solfiti, possono scatenare reazioni crociate nei soggetti allergici. Per questo motivo, leggere attentamente le etichette è fondamentale».

Esistono soluzioni per gestire le allergie

VERO «Oltre ai farmaci da banco, riconoscibili grazie al

bollino rosso che sorride sulla confezione, ci sono altre strategie per tenere sotto controllo le allergie. Per esempio, è importante adottare misure preventive come monitorare l'ambiente (dal 1985 in Italia è attiva una Rete di monitoraggio degli allergeni aerodiffusi che misura la concentrazione in atmosfera dei pollini, ndr), ricorrere all'immunoterapia specifica, curare la dieta e consultare tempestivamente un allergologo per una diagnosi accurata».