



ACCOGLIENZA DEL BAMBINO ALLERGICO (e/o ASMATICO)

L'arrivo di un bambino asmatico o allergico a scuola non sempre è accolto favorevolmente, perché presenta problemi di ordine pratico che coinvolgono tutti, dalla direzione didattica agli insegnanti fino al gruppo classe. Il personale scolastico e i compagni di classe possono e devono contribuire attivamente a una gestione efficace di questa malattia che richiede non solo l'attuazione di norme ambientali, ma soprattutto conoscenze e comportamenti idonei da parte del personale scolastico e dei compagni, da acquisire per consentire all'alunno asmatico e/o allergico, se sotto controllo, di condurre una vita scolastica normale. Nel caso del bambino con allergia alimentare i problemi di gestione sono particolarmente complessi.

Il regime alimentare previsto deve essere rispettato rigorosamente.

Con l'aiuto dei genitori, si possono seguire accorgimenti per far partecipare la classe, per esempio si può organizzare una merenda, un pic-nic, una festa, ecc. servendo esclusivamente i cibi consentiti al bambino allergico.

E' essenziale evitare di esporre il bambino allergico ad allergeni od irritanti adottando misure appropriate.



A SCUOLA CHE COSA FARE IN CASO DI REAZIONE ALLERGICA

Le manifestazioni allergiche possono essere lievi, locali, con reazioni limitate, fino a reazioni generalizzate e molto gravi come lo shock anafilattico. In questi casi è necessario seguire immediatamente le prescrizioni e le raccomandazioni indicate del medico curante nel piano terapeutico del bambino e trasportarlo al pronto soccorso ogni volta si presentino gravi sintomi generali.

FEDERASMA Onlus in collaborazione con SIAIP e con l'approvazione di GARD Italia, ha elaborato le "RACCOMANDAZIONI PER LA GESTIONE DEL BAMBINO ALLERGICO A SCUOLA " disponibili su richiesta alla sede di FEDERASMA Onlus o scaricabili dal sito www.federasma.org

Numero Verde
800 123 213

per i pazienti
Lunedì e Martedì 11:00-13:00
Giovedì 15:00-17:00



Federasma Onlus
via Ser Lapo Mazzei, 33 - 59100 Prato
Tel. 0574 1821033 - Fax 0574 607953
segreteria@federasma.org

www.federasma.org



ALLERGIE ALIMENTARI



FEDERASMA
ONLUS
Federazione Italiana delle Associazioni di sostegno ai malati asmatici ed allergici

CHE COS'È L'ALLERGIA

L'allergia è una risposta anomala da parte di persone che hanno una ben precisa connotazione genetica, cioè quella di produrre anticorpi della classe IgE, nei confronti di sostanze dette allergeni. Chi è allergico riconosce come nocive delle sostanze che sono innocue per i soggetti non allergici.

Le persone che sono costituzionalmente predisposte all'allergia sono definite "atopiche".

Ciascun individuo reagisce in base alle proprie caratteristiche immunologiche ed a seconda dell'organo interessato (organo bersaglio). Si possono dunque verificare: rinite, asma, congiuntivite e orticaria. Il vomito, la diarrea o i dolori di pancia che compaiono dopo il pasto di uno specifico cibo possono indicare un'allergia alimentare. Tali manifestazioni possono presentarsi da sole o variamente associate.

Se tutto l'organismo partecipa improvvisamente a questa risposta si avrà un reazione allergica acuta e generalizzata più grave, che viene denominata shock anafilattico.

ALLERGIE E INTOLLERANZE ALIMENTARI

Nella nostra dieta quotidiana, ogni individuo può assumere praticamente qualsiasi cibo e bevanda.

Ma per alcuni soggetti alcuni cibi devono essere opportunamente trattati se non banditi dalla loro dieta perché fonte di gravi disturbi: sono tutti coloro, che sono affetti da allergia o intolleranza alimentare

Allergie alimentari

L'allergia alimentare è una reazione anomala dell'organismo in risposta all'ingestione di una sostanza che normalmente è ben tollerata quando una persona allergica viene a contatto con una di queste sostanze, il suo organismo produce in eccesso le immunoglobuline E o IgE sostanze che scatenano reazioni come sintomi gastro-enterici, cutanei, respiratori e sistemici.

In altri termini, nel caso di un individuo allergico il sistema immunitario reagisce ad alcuni alimenti innocui come fossero veleno

Nel caso dell'intolleranza alimentare, a differenza dell'allergia, non è coinvolto il meccanismo immunologico ma viene coinvolto il metabolismo, cioè il sistema di elaborazione e digestione dei diversi cibi. L'intolleranza dunque è causata da un difetto dell'organismo a metabolizzare alcune sostanze di un alimento per mancanza degli enzimi deputati a farlo. Per esempio è il classico caso dei celiaci, se vengono somministrati loro cibi senza glutine possono mangiare normalmente senza incorrere in problemi!

E' per questo molto importante non fare confusione tra Allergia e Intolleranza e fare accertamenti con test seri in centri specializzati Per non privarsi di nutrienti importanti nella crescita e sviluppo di un bambino.

Quali sintomi nell'Allergia

La sintomatologia è molto varia e può riguardare l'apparato respiratorio (asma e rinite), la cute (orticaria e dermatite atopica), l'apparato gastroenterico, fino a reazioni generalizzate sistemiche ed a vero e proprio shock anafilattico.

Quali sintomi nell'Allergia Alimentare

disturbi cutanei, gastrointestinali (coliche, dolori addominali), reflusso e rallentamento della crescita nel bambino. Raramente sono presenti manifestazioni respiratorie, ma nei casi più gravi si può arrivare ad un abbassamento rapido della pressione con conseguente collasso.

I principali alimenti che causano allergie sono: **il latte, le uova, le arachidi, la frutta secca, la soia, il frumento, il pesce e i crostacei;**

Nel corso degli ultimi anni l'incidenza delle malattie allergiche alimentari è in forte aumento. Secondo i più recenti studi in questo campo, la prevalenza della malattia è di circa il 2-6% della popolazione, con una maggiore frequenza nei primi anni di vita. I dati più aggiornati segnalano che il 6-8% dei bambini tra i 3 mesi e i 5 anni è allergico a qualcuno di questi alimenti e che negli ultimi 10 anni le allergie alimentari sono raddoppiate. Un problema serio, da non sottovalutare e che può provocare rischi serissimi per la salute perché le conseguenze dell'uso di un minimo ingrediente nocivo e delle eventuali possibili contaminazioni possono essere molto gravi. L'unica prevenzione possibile è l'eliminazione dalla dieta dell'alimento anche nelle più piccole dosi. È evidente che se l'alimento è di largo uso, la sua esclusione condiziona fortemente la normale vita quotidiana e di relazione. Così come è altrettanto evidente la necessità di informare i consumatori attraverso etichette chiare che contengano le informazioni su TUTTI gli ingredienti contenuti negli alimenti, senza esporli a rischi che possono essere causati da:

- Allergeni presenti anche in minima quantità (anche quando la legislazione non lo prevede)

- Allergeni "inaspettati" (come ad es. proteine del latte nel prosciutto cotto)
- Allergeni denominati con termini generici o di uso non comune (caseinato di sodio, lecitina...)
- Allergeni presenti per contaminazione (tramite utensili, macchinari...) anche i farmaci possono contenere degli "ingredienti inaspettati" per es. tra gli eccipienti

La percezione di una patologia dipendente dall'alimentazione è molto più alta della prevalenza accertata. Una persona su cinque crede di essere allergico. Patologie cutanee come la dermatite atopica sono strettamente collegate con le allergie alimentari; infatti i lattanti che soffrono di questa malattia hanno un rischio del 60% di andare incontro ad asma nell'età scolare. I bambini che ne sono affetti presentano una maggiore tendenza a sviluppare anche una sensibilizzazione verso gli allergeni inalati con conseguente comparsa di manifestazioni allergiche respiratorie.

Le persone affette da questi disturbi vivono la malattia con forte disagio. Molto preoccupante è il costo totale che grava sulle famiglie e sui bilanci sanitari. Tutti gli alimenti possono determinare un'allergia. I più frequenti sono il latte, l'uovo, le arachidi, la frutta secca, la soia, il frumento, il pesce e i crostacei,

Come si fa la diagnosi?

Fattore essenziale della diagnosi è la storia clinica del paziente. I sintomi, le reazioni dopo il consumo di alcuni alimenti sono indicatori fondamentali di un processo che si esegue nei centri medici specializzati.

Per valutare correttamente le allergie alimentari gli specialisti allergologi utilizzano test quali le prove allergiche cutanee (Skin Prick Test) e in alcuni casi la rilevazione di IgE specifiche sieriche (RAST).

Gli specialisti possono inoltre consigliare diete di eliminazione che escludono tutti gli alimenti risultati positivi agli esami sopra indicati. Solo in rari casi di allergie alimentari particolarmente complesse gli specialisti utilizzano il test di scatenamento, che deve essere eseguito in ambiente ospedaliero.

Reazioni Allergiche

Le reazioni allergiche immediate sono di più facile diagnosi perché si manifestano entro le 2 ore dall'assunzione del cibo, ma sono anche le più pericolose perché possono condurre in breve tempo verso lo shock anafilattico.

Meno critiche ma più difficili da riconoscere sono le manifestazioni cliniche che insorgono a distanza di tempo dall'ingestione dell'alimento. Lo stesso alimento può causare manifestazioni cliniche diverse; la reazione può essere dovuta ad additivi o contaminanti presenti negli alimenti oppure dal tipo di conservazione e preparazione; vi possono essere reazioni crociate tra alimenti oppure tra pollini e alimenti. È importante sottolineare che spesso esistono contemporaneamente sensibilizzazioni verso più alimenti.

