

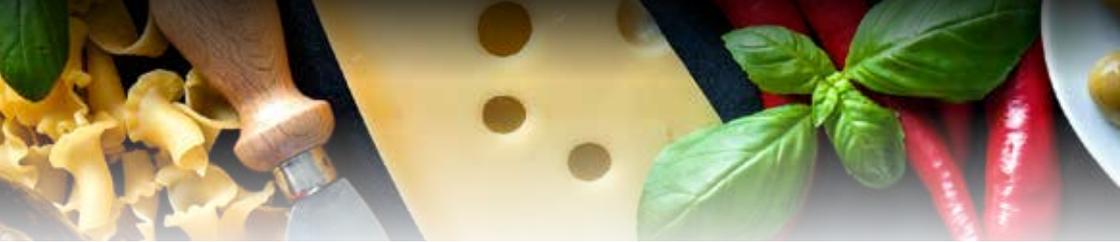
EUROIMMUN ITALIA



INTOLLERANZE ALIMENTARI



Facciamo chiarezza!



Reazioni avverse al cibo

Le reazioni avverse al cibo sono condizioni che determinano una sofferenza dell'organismo o di suoi distretti a seguito dell'ingestione di un determinato cibo; vengono distinte in tossiche e non tossiche.

- Le **reazioni tossiche** o intossicazioni alimentari dipendono dalla dose di una determinata sostanza nociva ingerita e possono essere dovute a sostanze chimiche aggiunte ai cibi (additivi, insetticidi, fertilizzanti, antibiotici, metalli), a sostanze naturali presenti negli alimenti (micotossine, veleni naturali contenuti in piante, animali, funghi ecc.) o a processi industriali o di lavorazione errata del cibo, come nel caso di botulino o di stafilococco aureo.
- Le **reazioni non-tossiche** non dipendono dalla dose assunta ma da una suscettibilità individuale ad uno o più alimenti. Queste reazioni si dividono ulteriormente in allergie ed intolleranze.

Allergie alimentari

Le **allergie alimentari** sono reazioni del sistema immunitario, di solito immediate e localizzate, dirette contro sostanze normalmente innocue come il cibo o i componenti alimentari. Queste reazioni innescano la produzione di immunoglobuline, soprattutto di classe **IgE**, determinando il rilascio di molecole che provocano una serie di reazioni quali orticaria, dermatite atopica, nausea, prurito, gonfiore alle labbra, rinite, difficoltà respiratorie, fino a reazioni sistemiche gravi che conducono allo shock anafilattico.



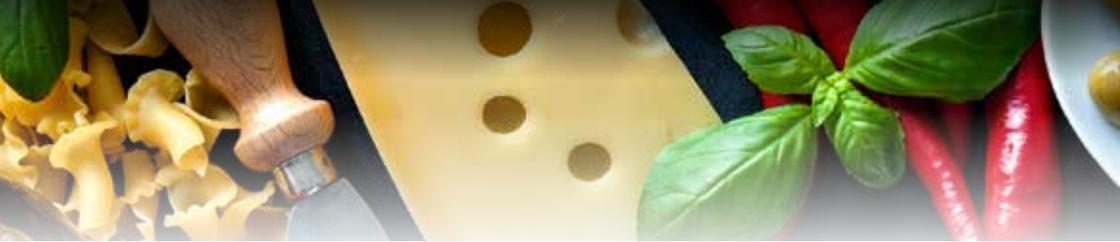
Intolleranze alimentari

Le **intolleranze alimentari** sono reazioni avverse al cibo che provocano alcuni sintomi simili all'allergia ma che sono generate da meccanismi differenti; si distinguono in intolleranze **IgG**-mediate e non **IgG**-mediate.

Le **intolleranze alimentari non IgG-mediate** sono generalmente classificate in tre gruppi:

- *Intolleranze enzimatiche*, determinate dall'incapacità, per difetti congeniti, di metabolizzare alcune sostanze presenti nell'organismo. A questo tipo di intolleranze appartengono quella al lattosio, al glutine (celiachia), alla fenilalanina (fenilchetonuria);
- *Intolleranze farmacologiche*, caratterizzate da iperreattività nei confronti di sostanze presenti in determinati cibi;
- *Intolleranze da additivi*, provocate da sostanze utilizzate per migliorare la qualità del cibo, la sua appetibilità o per migliorarne la conservazione. I più comuni additivi sono: coloranti, conservanti, antiossidanti, esaltatori di sapidità, dolcificanti ed addensanti; possono provocare vari sintomi quali: asma, orticaria, cefalea, vasodilatazione, prurito, angioedema, eczemi, orticaria, rinosinusite, crisi respiratorie, sudorazione, crampi addominali, flatulenza, diarrea. È bene specificare che la maggioranza dei disturbi da additivi è guidata da meccanismi ancora non del tutto noti.





Le **intolleranze alimentari IgG-mediate** sono rappresentate dalle intolleranze agli alimenti caratterizzate dalla presenza di anticorpi di classe IgG diretti contro i componenti presenti nel cibo.

La risposta immunitaria deriva dall'aumento della permeabilità dell'intestino tenue, che permette ai componenti alimentari di penetrare, attraverso la parete intestinale, nelle vie ematiche. Questa aumentata permeabilità (sindrome dell'intestino permeabile) può essere provocata da: iperacidità della flora intestinale associata alla dieta, assunzione di farmaci, infezioni, conservanti, alcool, nicotina, stress ed altri fattori.

Il sistema immunitario riconosce queste strutture antigeniche come corpi estranei, inducendo la produzione di anticorpi specifici di classe IgG (sensibilizzazione). Questa risposta immunitaria, che si manifesta tipicamente dopo un certo lasso di tempo (da diverse ore ad alcuni giorni dall'ingestione), scatena una reazione infiammatoria che può diventare cronica.

Le infiammazioni croniche possono manifestarsi in tutto il corpo, oltre che nel tratto gastro-intestinale. I sintomi più frequenti sono: diarrea, stipsi, gonfiore, nausea, mal di stomaco, colon irritabile, emicrania, asma, disturbi delle articolazioni, incapacità di concentrarsi, disturbi cutanei e problemi di peso (sovra o sottopeso).

Per ottenere un sollievo dai sintomi, viene solitamente consigliata una dieta di eliminazione per un periodo di tempo, eliminando o riducendo, dalla dieta del paziente, i cibi che provocano reazioni immunitarie con alte concentrazioni di anticorpi IgG.





Test diagnostici per le intolleranze alimentari

L'adozione su larga scala di abitudini alimentari e stili di vita non compatibili con un buono stato di salute, insieme all'impossibilità di definire in modo chiaro ed univoco le intolleranze alimentari, hanno portato negli ultimi anni alla diffusione dell'idea che la maggior parte dei disturbi fisici, ed a volte anche psichici, possa essere dovuta ad una qualche forma di **intolleranza alimentare**. A ciò è seguita una vera e propria esplosione nel numero di test diagnostici non scientificamente validati che promettono di individuare l'intolleranza risolvendo così ogni problema di salute.

Al momento, l'**unico test diagnostico** per le intolleranze alimentari con evidenze scientifiche è il test per il **dosaggio degli anticorpi di classe IgG** per il quale esistono dati in letteratura scientifica che ne stabiliscono, in casi specifici, l'efficacia. Questo test è utile se eseguito con tecniche opportune e controllate e se erogato esclusivamente a pazienti rigorosamente selezionati su base clinica.

Ogni risultato ottenuto con questo test, così come quelli ottenuti con i test convenzionali per la diagnosi di allergie alimentari, deve essere verificato e confermato mediante una dieta di eliminazione seguita da un test di provocazione (reintroduzione dell'alimento per conferma).



Negli ultimi tempi sono stati prodotti numerosi test per la determinazione delle IgG4 che promettono di diagnosticare le intolleranze alimentari in modo più specifico.

Le immunoglobuline di classe G (IgG), difatti, sono ulteriormente suddivise in 4 sottoclassi denominate IgG1, IgG2, IgG3 e IgG4. È necessario però chiarire che quest'ultima sottoclasse rappresenta meno del 6% degli anticorpi IgG totali e che differisce funzionalmente dalle altre sottoclassi per via della scarsa attività infiammatoria.

Dal momento che i test per le intolleranze alimentari hanno come obiettivo proprio quello di identificare alimenti che siano in grado di causare infiammazioni e di conseguenza innescare reazioni ad esse correlate, test specifici che ricercano unicamente anticorpi IgG4 limitano ampiamente la capacità di determinare quali alimenti siano realmente in grado di causare reazioni avverse nel paziente.

Quindi, la rilevazione analitica delle sole IgG4 è da considerarsi irrilevante per la diagnosi delle intolleranze alimentari e nel caso si sospetti di disturbi legati all'alimentazione, è consigliato un test diagnostico specifico ed affidabile che ricerchi le IgG totali.

EUROIMMUN dispone di un test multiparametrico con tecnica di Immunoblot, unico sul mercato, che permette il dosaggio contemporaneo delle IgG dirette contro 108 o 216 alimenti. A differenza dei comuni test con tecnica Elisa, i blot EUROIMMUN garantiscono una maggiore specificità che riduce il pericolo di cross-reazioni tra i diversi alimenti.



Profilo 216 alimenti

Profilo 108 alimenti

Orzo	Ciliegia	Carruba	Lime
Gladiata / glutine	Uva (bianca / nera)	Colza	Litchi
Avena	Kiwi	Anatra	Mango
Segale	Limone	Capra	Papaia
Farro	Nettarina	Oca	Melograno
Grano	Arancia	Struzzo	Lampone
Grano saraceno	Ananas	Quaglia	Cinorrodo
Semi di lino	Fragola	Coniglio	Melone cantalupo
Mais	Anguria	Capriolo	Uva passa
Miglio	Pera	Faraona	Semi d'anice
Riso	Prugna	Cavallo	Foglia d'alloro
Manzo	Pompelmo	Kefir	Camomilla
Pollo	Pesca	Beta-lattoglobulina	Capperi
Agnello	Dattero	Burro	Erba cipollina
Maiale	Basilico	Camembert	Chiodo di garofano
Tacchino	Pepe (nero / bianco)	Caseina	Coriandolo
Latte di mucca	Cannella	Formaggio Emmental	Cumino
Tuorlo d'uovo	Aglione	Fiocchi di latte	Aneto
Albumi	Semi di senape	Mozzarella	Zenzero
Formaggio di capra	Noce moscata	Formaggio fuso (sottilette)	Maggiorana
Latte di capra	Origano	Ricotta	Zafferano
Latte di pecora	Prezzemolo	Germogli di bambù	Salvia
Formaggio di pecora	Menta piperita	Cavoletti di Bruxelles	Peperoncino di cayenna
Yogurt	Seme di papavero	Cavolfiore	Curry
Melanzana	Rosmarino	Bietola	Dragoncello
Barbabietola	Timo	Cavolo cinese	Luppolo
Peperone dolce	Vaniglia	Finocchio	Menta
Broccoli	Mandorla	Zucca	Noce del Brasile
Carota	Anacardo	Topinambur	Noce macadamia
Sedano	Fava di cacao	Cavolo	Pinoli
Peperoncino	Nocciola	Ravanello	Castagna
Cetriolo	Arachide	Verza	Noce di cola
Rafano	Pistacchio	Patata dolce	Carpa
Porro	Sesamo	Foglia di vite	Calamaro
Oliva	Semi di girasole	Cavolo bianco	Anguilla
Cipolla	Noce	Scalogno	Orata
Patata	Cocco	Radice di liquirizia	Pesce asinello
Cavolo rosso	Mix funghi 1	Taccola	Luccio
Pomodoro	Mix funghi 2	Fava	Rombo
Rapa	Gambero di fiume	Ceci	Aringa
Zucchine	Salmone	Fagiolo mungo verde	Aragosta
Carciofo	Tonno	Fagioli rossi	Sgombro
Asparago	Vongola	Cicoria	Polpo
Spinaci	Gamberetto	Lattuga iceberg	Ostrica
Fagiolino	Acciuga	Rucola	Sardina
Pisello	Pesce spada	Avocado	Pesce persico
Semi di soia	Trota	Mora	Spigola
Lenticchia	Sogliola	Mirtillo	Caviale
Fagiolo bianco	Merluzzo	Mirtillo rosso	Granchio
Lattuga	Lievito di birra	Ribes rosso	Agar-agar
Songino	Lievito madre	Ribes nero	Aloe Vera
Mela	Miele	Fico	Tè verde
Albicocca	Caffè	Uva spina	Lievito in polvere
Banana	Tè nero	Melone giallo	Olio di cartamo

EUROIMMUN ITALIA



**INTOLLERANZE
ALIMENTARI**

RICHIEDI QUI

IL TUO TEST