



Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti

*Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori*

Centro Tutela Consumatori Utenti

Via Dodiciville 2

39100 Bolzano

Tel. 0471 975597

info@verbraucherzentrale.it

Cos'è un'allergia crociata?

Lun 09/03/2020 - 11:01

I pollini, gli acari della polvere, i peli di animali e gli alimenti sono spesso fattori scatenanti di reazioni allergiche. Entrano nel corpo attraverso le vie respiratorie o l'intestino e provocano nelle persone colpite disturbi di varia natura, come starnuti, asma, gonfiore, arrossamento degli occhi, eruzioni cutanee o disturbi gastro-intestinali. Alcune sostanze, come il lattice, causano reazioni quando entrano a contatto con la pelle.

L'allergia è una reazione eccessiva del sistema immunitario del corpo a sostanze in realtà innocue. In risposta al primo contatto con queste sostanze, il corpo produce anticorpi chiamati immunoglobine E (IgE) che agiscono contro l'allergene, ossia la sostanza che determina la manifestazione allergica, come per esempio il polline di betulla. Gli anticorpi restano nel tessuto connettivo e sulle membrane mucose, sulla superficie dei cosiddetti mastociti. A un nuovo contatto con l'allergene, le immunoglobine riconoscono l'"intruso", lo marciano e danno così inizio alla reazione allergica.

Quando diverse sostanze che causano manifestazioni allergiche si assomigliano molto dal punto di vista biologico o chimico, si possono scatenare cosiddette reazioni crociate. "In questi casi il sistema immunitario identifica come allergeni anche i composti simili e reagisce anche ad essi", spiega Silke Raffener, nutrizionista presso il Centro Tutela Consumatori Utenti. "Si potrebbe dire che, nel caso di un'allergia crociata, il sistema immunitario non riesce a distinguere i vari allergeni".

Un'allergia crociata può insorgere, ma non necessariamente. Un'allergia crociata molto frequente è quella al polline di betulla e alle mele: si stima che il 60% delle persone affette da allergia al polline di betulla manifestano reazioni anche alle mele, alle noci, alla frutta cruda con semi o nocciolo o alle fragole. Altri esempi di allergia crociata sono, quella al polline di artemisia, quella al sedano (ai peperoni e alle carote crude), quella al lattice e quella alla banana. Sono state riscontrate altresì allergie crociate tra acari della polvere e crostacei.

Ad ogni modo, le persone colpite da questo tipo di allergie in genere non devono rinunciare completamente a tali alimenti. Nel caso delle mele e della frutta con nocciolo, gli allergeni vengono generalmente inattivati con il calore, di modo che la frutta, ad esempio, può essere tranquillamente consumata cotta. Le vecchie varietà di mele contengono di solito una quantità inferiore di allergeni, rispetto alle varietà provenienti da nuove colture. Inoltre, può servire anche sbucciare le mele, perché in questo modo viene eliminata una parte dell'allergene.