


Allergie, l'importanza della prevenzione

di Alessandra Battezzati

La stagionalità e la ricorrenza nel corso dell'anno della classe di allergie che interessa l'apparato respiratorio, sono determinate dal ciclo vitale delle piante che producono e diffondono nell'ambiente diversi tipi di polline; quest'ultimo entra in contatto con le vie respiratorie e scatena nei soggetti allergici reazioni infiammatorie che coinvolgono le mucose del cavo oronasale o forme di congiuntivite di entità variabile.

Il contatto con un determinato allergene induce la produzione di anticorpi specifici, le immunoglobuline E (IgE). Le IgE prodotte inducono a loro volta il rilascio di sostanze irritanti, come le istamine, che infiammano i tessuti dermici e le mucose. Si tratta di una risposta complessa in cui interviene l'alterazione di diversi fattori, genetici, immunitari e ambientali. Oltre a ciò esiste un certo grado di familiarità nella propensione di un individuo a diventare allergico, anche se essa non è stata provata in relazione al tipo di allergene. Inoltre è stato dimostrato che



..... Il meccanismo alla base dei fenomeni allergici è già stato ampiamente descritto e consiste in una risposta da parte del sistema immunitario che viene sollecitato a reagire nei confronti degli allergeni, agenti estranei rappresentati da sostanze molto diverse tra loro.

anche l'abbassamento delle difese immunitarie e una massiva esposizione agli allergeni, possono contribuire allo sviluppo di allergie in individui che apparentemente non siano predisposti. Dal 1985 in Italia esiste una rete di monitoraggio degli allergeni, operante su scala nazionale e coordinata dall'Istituto di Scienze dell'Atmosfera e del Clima del CNR di Bologna (Isac-CNR) in collaborazione con l'Associazione Italiana di Aerobiologia, che misura la concentrazione nell'atmosfera dei principali pollini di interesse allergologico e consente l'identifi-

cazione di allergie anche poco conosciute, come quella da ambrosia o cipresso che negli ultimi anni si stanno dimostrando piuttosto significative.

Anche l'Associazione Allergologi e Immunologi Territoriali ed Ospedalieri (AAITO) ha istituito una sezione che gestisce a sua volta una rete italiana di monitoraggio atmosferico dei pollini e delle spore fungine. Grazie a interventi di campionamento a opera di diversi centri sparsi sul territorio, si elaborano i dati raccolti così da ottenere i valori medi degli allergeni presenti nell'aria. Tali dati sono

resi disponibili al pubblico, sotto forma di "Bollettino del polline" e consultabili sul sito www.pollinie-allergia.net. Accedendo al portale è infatti possibile selezionare una regione di interesse o concentrare la ricerca su un singolo polline; in questo modo sarà possibile visualizzare per ogni allergene, l'andamento della conta pollinica della settimana e persino vedere la previsione pollinica (basata sulla correlazione tra previsioni meteo ed andamento delle conte polliniche). Sebbene le allergie non diano luogo nella maggior parte dei casi a gravi conseguenze, interes-



sano una porzione davvero ampia della popolazione e influiscono, fatto assai noto, in modo negativo sulla qualità di vita delle persone. La Federazione Italiana Medici Pediatri (FIMP), ha recentemente lanciato un allarme sulla frequenza di allergie che colpiscono i bambini: oltre due milioni soffrono di malattie allergiche tra cui riniti, congiuntiviti, asma e allergie alimentari. Una frequenza che è raddoppiata negli ultimi 10 anni ed è in continuo aumento, al punto che si prevede che nel 2020 questi fenomeni allergici interesseranno metà della popolazione. “Alla base delle risposte allergiche vi è una predisposizione genetica, che poi si manifesta se si viene ripetutamente esposti a un allergene critico. – spiega Giuseppe Mele, presidente FIMP – Oggi numerosi elementi concorrono ad aumentare l’incidenza di allergie: il fumo di sigaretta dei genitori e soprattutto della madre è uno dei principali responsabili; altrettanto pericoloso è lo smog cittadino,

che è in grado di accrescere la probabilità di allergie nei bambini”. Di recente scoperta, è stato anche evidenziato un possibile collegamento tra l’incremento dei livelli di vitamina D nelle donne gravide e un aumentato rischio di allergie nei bambini durante l’età dello sviluppo. A renderlo noto, i dati di uno studio della Martin Luther University, pubblicato sulla rivista *Allergy*, in cui è stato valutato il livello di vitamina D nel sangue delle gestanti e del cordone ombelicale dei bambini nati: un elevato livello ematico di vitamina D nelle madri è risultato associato a un rischio maggiore per i figli di sviluppare un’allergia durante l’infanzia. In particolare sembrerebbe che gli alti livelli della vitamina siano in grado di inibire lo sviluppo di una classe di cellule che intervengono nella risposta immunitaria, le cellule T regolatrici, incrementando, di conseguenza, il rischio di allergia. Prevenire l’insorgenza di allergie è comunque possibile, come spiega Mele: “Non fumare,

allattare i bambini al seno almeno fino a sei mesi, seguire una corretta alimentazione da parte della madre e ridurre l’esposizione all’inquinamento sono le regole fondamentali. Da qualche anno, i medici consigliano l’immunoterapia, cioè un trattamento che determina una reazione immunitaria del paziente, posto a contatto con l’antigene responsabile dell’allergia che viene modificato biologicamente. Si tratta in genere di una terapia per iniezione; tuttavia una revisione Cochrane ha già dimostrato che sono altrettanto efficaci l’immunoterapia con pillole o gocce sublinguali per combattere i sintomi del “raffreddore da fieno” causato da pollini e polveri sottili. Buone le prospettive, non resta che studiare meglio i tempi e i dosaggi ottimali con cui trattare i pazienti. Rimane comunque il dato che l’unico modo per stare bene, una volta ottenuta la diagnosi, sia evitare di esporsi al contatto degli allergeni incriminati.

ALCUNI FALSI MITI SULLE ALLERGIE:

- **Le allergie sono ereditarie.** È falso, non esiste una ereditarietà, si parla piuttosto di familiarità, cioè più persone della stessa famiglia possono soffrire della stessa allergia.
- **Dopo la pioggia l’aria è libera dai pollini e ci si sente meglio.** È falso, le gocce di pioggia rompono i granuli di polline in frammenti ancora più piccoli che riescono a penetrare meglio nelle vie aeree.
- **Le allergie compaiono solo fino ai 30 anni.** È falso, nessuno è immune alle allergie, non esiste perciò nemmeno un’età limite.