

Cibo spazzatura, secondo uno studio può aumentare il rischio di allergie nei bambini

Secondo la ricerca Ceinge sono sotto accusa i prodotti industriali a basso valore nutrizionale e alto contenuto di grassi o zuccheri

Secondo uno studio condotto dal Ceinge Biotecnologie avanzate "Franco Salvatore" e riportato da Adnkronos/salute, l'aumento delle allergie alimentari, in particolare tra i bambini, è fortemente legato al consumo crescente di cibo ultra-processato, comunemente chiamato "cibo spazzatura".

Analizzando 105.151 bambini della Regione Campania, i ricercatori hanno rilevato un incremento del 34% delle allergie alimentari nell'ultimo decennio, con un aumento tre volte maggiore nei bambini sotto i 3 anni. Il team guidato da Roberto Berni Canani, ordinario di Pediatria, direttore del programma di Allergologia pediatrica dell'Università Federico II di Napoli, sottolinea come alimenti industriali, quali merendine, snack, pizze surgelate, bevande zuccherate, poveri di nutrienti essenziali e ricchi di grassi e zuccheri, possono compromettere il sistema immunitario dei bambini, predisponendoli alle allergie alimentari.

"La composizione dei cibi ultra-processati - spiega Roberto Berni Canani - si può semplicemente sintetizzare così: sono molto ricchi di quello che fa male e poco o niente di quello che fa bene. Sono ricchi di zuccheri, sale, carboidrati e grassi idrogenati e poveri di fibre, proteine, vitamine e minerali. Il loro successo dipende da altro: sono buoni e sono pronti da mangiare subito, al massimo dopo un veloce passaggio nel forno a microonde. Secondo uno studio recente condotto negli Usa - ricorda l'esperto - il 67% delle calorie della dieta di un bambino proviene oramai da alimenti ultra-processati. Succede negli Stati Uniti. Ma è una tendenza in forte crescita anche in Italia".

"Abbiamo valutato comparativamente il consumo di alimenti ultraprocesati in una popolazione di pazienti pediatriche affette da allergia alimentare e in una popolazione di bambini sani - chiarisce Berni Canani - Ebbene, il consumo di alimenti ultra-processati era quasi il doppio nei bambini che avevano sviluppato allergia alimentare rispetto ai bambini sani. In più, con una tecnica non invasiva che permette di studiare l'accumulo delle sostanze dannose presenti in questi alimenti nella pelle dei bambini, utilizzata per la prima volta in età pediatrica in questo studio, abbiamo dimostrato un accumulo molto maggiore di queste sostanze nei tessuti dei bambini affetti da allergia alimentare".

"Successivamente - aggiunge - per individuare un nesso causale tra esposizione a cibi ultra-processati e sviluppo di allergia alimentare, abbiamo condotto una serie di esperimenti su cellule umane. I risultati di questi esperimenti hanno evidenziato che i cibi spazzatura sono di fatto dei potenti induttori di allergia alimentare in quanto in grado di determinare severe alterazioni della barriera intestinale, infiammazione e forte risposta allergica".

"I risultati di questo studio sono di grande importanza per la comprensione delle cause del preoccupante trend in continuo aumento di incidenza e prevalenza dei casi di allergia alimentare in età pediatrica nel mondo occidentale e - sostiene il pediatra - aprono la strada a una importante, semplice ed economica strategia di prevenzione: ridurre drasticamente il consumo di alimenti commerciali ultra-processati e favorire il consumo da parte dei nostri bambini di alimenti freschi e ricchi di frutta, verdure, olio d'oliva, pesce e legumi. Meglio se cotti a basse temperature". Lo studio, pubblicato sul 'Journal of Allergy and Clinical Immunology', è stato sostenuto dal Piano nazionale di ripresa e resilienza dell'Unione europea - Next Generation Eu e dal ministero della Salute.

[Cibo spazzatura, secondo uno studio può aumentare il rischio di allergie nei bambini - Notizie dal mondo Horeca e del Foodservice HorecaNews.it](#)

The screenshot shows the Horeca News website interface. At the top, the logo 'HORECA NEWS.IT' is displayed with the tagline 'IL PORTALE DEL "FUORICASA"'. Below the logo is a navigation bar with categories: 'TUTTE LE NOTIZIE', 'NOTIZIE', 'HORECA', 'BUSINESS', 'PRODOTTI E INGREDIENTI', 'RUBRICHE', 'EVENTI', 'IL NOSTRO NETWORK', and 'CONTATTI'. The main content area features a featured article titled 'Cibo spazzatura, secondo uno studio può aumentare il rischio di allergie nei bambini'. The article text states: 'Secondo la ricerca Ceinge sono sotto accusa i prodotti industriali a basso valore nutrizionale e alto contenuto di grassi o zuccheri'. To the left of the article is a 'Notizie FLASH' section with a list of recent news items, each with a timestamp and a brief headline. Below the article is a social media sharing bar with icons for Facebook, X, LinkedIn, WhatsApp, Telegram, and Print. At the bottom right, there is a promotional banner for 'HORECA AUDIO NEWS' with the text 'Studio rivela: il "cibo spazzatura" alimenta l'aumento delle allergie nei bambini, una scoperta che potrebbe cambiare le abitudini alimentari moderne' and 'INDAGINI E RICERCHE'.