

Cibo spazzatura, l'allarme in uno studio: «Tra le cause delle allergie alimentari nei bimbi»

Di di Lee Gotti

Nuove accuse contro il cibo spazzatura: oltre a provocare l'obesità e il sovrappeso favorisce lo sviluppo di allergie alimentari. Lo indica la ricerca italiana condotta al Ceinge Biotecnologie avanzate Franco Salvatore e pubblicata sul Journal of Allergy and Clinical Immunology. Condotta su 105.151 bambini in Campania.

Lo studio ha mostrato un aumento del 34%, dei casi di allergia alimentare nell'ultimo decennio nei bambini sotto i tre anni. Il team di ricerca, guidato dal Prof. Roberto Berni Canani, docente di Pediatria all'Università Federico II di Napoli, ha individuato la causa principale di questo aumento nei consumi di alimenti ultra-processati, comunemente noti come "cibo spazzatura".

Caratterizzato da un basso valore nutrizionale e un elevato contenuto di grassi e zuccheri, comprende merendine, snack confezionati, pizze surgelate, hamburger, bevande analcoliche zuccherate e altri prodotti industriali. Lo studio ha dimostrato che tali alimenti hanno la capacità di compromettere le funzioni del sistema immunitario nei bambini, favorendo così lo sviluppo di allergie alimentari.

I cibi spazzatura

«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». Il professore ha evidenziato che la composizione di questi alimenti è caratterizzata da «un'elevata presenza di zuccheri, sale, carboidrati e grassi idrogenati, mentre sono carenti di fibre, proteine, vitamine e minerali». L'aumento esponenziale del consumo di cibo spazzatura, evidenziato anche da uno studio negli Stati Uniti, indica che il 67% delle calorie nella dieta di un bambino proviene da alimenti ultra-processati.

Lo studio, pubblicato sul Journal of Allergy and Clinical Immunology, ha coinvolto un'analisi comparativa del consumo di alimenti ultra-processati tra bambini con allergie alimentari e bambini sani. I risultati hanno rivelato un consumo quasi doppio nei bambini affetti da allergie alimentari. Inoltre, attraverso un'innovativa tecnica non invasiva, il team ha evidenziato un accumulo significativo di sostanze dannose nei tessuti dei bambini con allergie alimentari.

Il nesso con le allergie alimentari

«Successivamente – ha spiegato il Prof. Berni Canani – 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».

Il professore ha sottolineato l'importanza dei risultati nel comprendere le cause dell'aumento delle allergie alimentari nei bambini occidentali e ha proposto una strategia di prevenzione chiara ed economica: ridurre drasticamente il consumo di cibi ultra-processati, promuovendo invece l'assunzione «di alimenti freschi e nutrienti, come frutta, verdura, olio d'oliva, pesce e legumi, preferibilmente cotti a basse temperature».

Lo studio è stato finanziato dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza dell'Unione Europea - Next Generation Eu e dal Ministero della Salute.

[Cibo spazzatura, l'allarme in uno studio: «Tra le cause delle allergie alimentari nei bimbi» \(leggo.it\)](#)

LEGGGO GOSSIP ITALIA LOTTO SPETTACOLI ESTERI POLITICA ALTRE SEZIONI

Cibo spazzatura, l'allarme in uno studio: «Tra le cause delle allergie alimentari nei bimbi»

Venerdì 5 Gennaio 2024, 15:04

1 di 3



di Lee Gotti 1 Minuto di Lettura

Nuove accuse contro il **cibo spazzatura**: oltre a provocare l'obesità e il sovrappeso favorisce lo sviluppo di **allergie** alimentari. Lo indica la ricerca italiana condotta al Ceinge Biotecnologie avanzate **Franco Salvatore** e pubblicata sul *Journal of Allergy and Clinical Immunology*. Condotto su 105.151 bambini in **Campania**.

Lo studio ha mostrato un aumento del 34% dei casi di allergia alimentare nell'ultimo decennio nei bambini sotto i tre anni. Il team di ricerca, guidato