

Aumentano del 34% le allergie alimentari nei bambini, il motivo: cibo spazzatura

Lo indica una ricerca italiana condotta su 105mila bimbi. Nel mirino merendine, bibite zuccherate, pani e dolci confezionati

I cosiddetti “cibi spazzatura”, ossia i cibi ultra-processati a basso valore nutrizionale e a elevato contenuto di grassi o zuccheri tipici delle preparazioni industriali, come merendine, bibite analcoliche zuccherate, dolci, pane e focacce confezionati di serie e pietanze surgelate preconfezionate, facilitano la comparsa di allergie alimentari nei bambini.

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 indica che negli ultimi dieci anni le allergie alimentari sono aumentate di circa il 34% e che sono triplicate nei bambini con meno di tre anni.

Il confronto tra bambini sani e quelli con allergie

Dal confronto fra bambini con allergie alimentari e bambini sani, è emerso che nei primi il consumo di cibi ultra-processati era quasi doppio, osserva il coordinatore della ricerca, Roberto Berni Canani, ordinario di Pediatria e direttore del programma di Allergologia pediatrica dell'Università Federico II di Napoli e direttore del Laboratorio di ImmunoNutrizione del Ceinge.

Una tecnica non invasiva utilizzata per la prima volta nei bambini in questo studio indica che l'accumulo delle sostanze dannose presenti nei cibi ultra-processati è molto maggiore nei tessuti dei bambini affetti da allergia alimentare. Esperimenti su cellule umane condotti nell'ambito dello stesso studio indicano poi 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”, rileva Berni Canani.

Incidenza di allergia alimentare in età pediatrica

“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”, dice ancora il coordinatore della ricerca. I cibi ultra-processati sono ricchi di zuccheri, sale, carboidrati e grassi idrogenati e poveri di fibre, proteine, vitamine e minerali. Uno studio recente condotto negli Stati Uniti indica che il 67% delle calorie della dieta di un bambino proviene da alimenti ultra-processati. “Succede negli Stati Uniti. Ma – osserva – è una tendenza in forte crescita anche in Italia”.

Per Berni Canani, i risultati della ricerca “aprono la strada ad 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”. (ANSA)

[Aumentano del 34% le allergie alimentari nei bambini, il motivo: cibo spazzatura \(calabria7.it\)](https://calabria7.it)

7 PROVINCE CRONACA GIUDIZIARIA POLITICA SPORT ATTUALITÀ CULTURA E SPETTACOLO ECONOMIA E LAVORO

ATTUALITÀ

Aumentano del 34% le allergie alimentari nei bambini, il motivo: cibo spazzatura

Lo indica una ricerca italiana condotta su 105mila bimbi. Nel mirino merendine, bibite zuccherate, pani e dolci confezionati

5 Gennaio 2024 15:45

A photograph of a young child with light brown hair, blowing a large, bright pink bubble of gum. The child's face is partially obscured by the bubble. They are surrounded by a vast assortment of colorful and diverse sweets, including various cookies, candies, chocolates, and pastries, creating a dense and vibrant background of confectionery.