

“Il cibo spazzatura facilita allergie nei bambini”: lo dice uno studio italiano

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. Questo il risultato di uno studio condotto dal Ceinge Biotecnologie avanzate “Franco Salvatore” su un totale di 105.151 bambini della Regione Campania.

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; inoltre 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.

Ma quali sono i cibi “sotto accusa”?

Secondo il team guidato Roberto Berni Canani, ordinario di Pediatria, direttore del programma di Allergologia pediatrica dell’Università Federico II di Napoli e direttore del Laboratorio di ImmunoNutrizione del Ceinge, a essere fortemente “sotto accusa” sono quegli alimenti a basso valore nutrizionale e ad elevato contenuto di grassi o zuccheri, tipici delle preparazioni industriali come merendine, snack confezionati dolci o salati, pizze e patatine surgelate, hamburger, würstel, hot dog, bibite analcoliche zuccherate, dolci elaborati, pane e focacce confezionati di serie, carni lavorate e pietanze surgelate preconfezionate. I ricercatori hanno dimostrato infatti come questi alimenti sono in grado di alterare le funzioni del sistema immunitario del bambino favorendo lo sviluppo di allergia alimentare.

Roberto Berni Canani ha spiegato: “La composizione dei cibi ultra-processati 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”.

[Secondo uno studio italiano il cibo spazzatura facilita allergie nei bambini \(thesocialpost.it\)](https://thesocialpost.it)

tsp Attualità Politica Esteri Innovazioni

“Il cibo spazzatura facilita allergie nei bambini”: lo dice uno studio italiano

Redazione / Ambiente

Publicato: 05/01/2024 15:49

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.** Questo il risultato di uno studio condotto dal Ceinge Biotecnologie avanzate “Franco