

17 gennaio 2017 11:23

Allergie e intolleranze alimentari

di [Primo Mastrantoni](#)

Il tema dell'allergia alimentare e' sempre piu' alla attenzione dei consumatori.

Spesso il consumatore si attribuisce una reazione allergica a un alimento mentre si tratta, piu' semplicemente, di una intolleranza. L'allergia comporta una risposta del sistema immunitario che riconosce una sostanza (l'allergene) come estranea all'organismo. L'intolleranza ad un alimento non porta ad una reazione allergica ma ad una difficoltà di digerire quell'alimento. In sintesi l'allergico non puo' assumere l'allergene anche in piccole dosi, mentre l'intollerante puo' assumere l'alimento ma a minori dosi. Per questi motivi su alcuni prodotti alimentari viene indicata la presenza dell'allergene. Classico esempio sono le arachidi (noccioline) presenti singolarmente o come aggiunte ad altri prodotti. Da qualche anno e' indicata la presenza di solfiti nei vini.

Si possono fare dei test per sapere quale allergene alimentare scatena una reazione allergica. Che fare in caso di allergia alimentare a un prodotto? Semplice, evitare di mangiarlo.