



Le piante amoreggiano Ma per chi soffre di allergia la primavera è un inferno

Cause e rimedi di un problema legato alla stagione



di **FIAMMETTA
TRALLO**

IN PRIMAVERA anche le piante amoreggiano. Il polline, elemento maschile, viaggia nell'aria per raggiungere le piante femmine e per chi soffre di allergie di primavera non c'è via di scampo. Starnuti e naso che cola colpiscono quattro italiani su dieci. Ne parliamo con il noto allergologo bolognese, il dottor Giancarlo Minore.

Le piante fioriscono e tornano le allergie.

«Fioritura e pollinazione sono processi di riproduzione delle piante. Il polline, l'allergene più diffuso in natura, viene trasportato dal vento e inevitabilmente entra in contatto con le mucose respiratorie. In Italia, le graminacee dei nostri prati (molte a spiga) e le composite scatenano allergie respiratorie nel centro e nel nord, con pollinazione tra primavera ed estate. La parietaria o erba muraria è più diffusa al sud e nelle isole, e ha una pollinazione più lunga, che arriva a otto, dieci mesi».

Fino a trenta anni fa erano considerate le sole piante allergizzanti. «L'allergia respiratoria può protrarsi per lunghi periodi a causa di altre arboree: betulla, nocciolo, ontano, con pollinazione da febbraio a maggio e cipresso da dicembre ad aprile. Recente la comparsa vicino agli aeroporti di ambrosiacee, responsabili di allergie respiratorie negli Stati Uniti, i cui pollini ar-

rivano con i voli merci. E comunque i pollini allergizzanti sono molteplici e sono presenti, proprio in ragione delle differenze climatiche, in tutte le nostre regioni».

Quest'anno le pollinazioni sono iniziate prima del solito. Come distinguere la rinite allergica da quella virale?

«La rinite allergica esordisce con prurito nasale, seguito da starnuti, anche venti consecutivi, e si accompagna a naso che cola copiosamente e congestione nasale. Inizia durante la pollinazione e cessa solo con la scomparsa del polline dall'aria. La rinite virale ha sintomi più tenui, che durano pochi giorni.



**Giancarlo
Minore**
Allergologo

«In Italia, le graminacee dei prati e le composite scatenano allergie respiratorie nel centro e nel nord, con pollinazione tra primavera ed estate»

Inoltre, quella allergica si presenta quasi sempre associata con la congiuntivite. Se trascurata e non trattata può evolvere in asma bronchiale».

Cos'è la sindrome SOA?

«Nel periodo delle fioriture coloro che soffrono di allergia ai pollini, possono avvertire bruciore o prurito alle labbra, in bocca o al palato se mangiano una mela o una pesca. In questi casi, quasi

certamente siamo davanti a una allergia crociata. La più comune è la sindrome orale allergica o SOA. Pollini, vegetali e alcuni tipi di frutta contengono proteine allergeniche simili, per cui una persona allergica ai pollini, mangiando questi cibi può manifestare sintomi allergici. Di rado i vegetali provocano reazioni più importanti come orticaria o disturbi respiratori severi, ma è bene fare indagini per verificare se esiste il rischio di allergie più gravi».

Allergici si nasce o si diventa?

«In Italia il venti per cento della popolazione risulta allergica. Chi nasce da genitori non allergici ha il dieci per cento di probabilità di diventarlo, mentre se un genitore è allergico la probabilità è del trenta, quaranta per cento e se lo sono entrambi è del cinquanta, sessanta per cento. Oltre alla predisposizione genetica, per scatenare la crisi, è necessario che avvenga il contatto con agenti allergizzanti. In genere l'allergia insorge nei primi anni di vita. Gli adulti la subiscono solo se c'è l'esposizione ad un allergene in quantità tale da provocare la sensibilizzazione».

Consigli per starnutire meno?

«Consultare i calendari pollinici, evitare gite e soste prolungate nei prati, lavarsi i capelli o spazzolarli spesso e prima di coricarsi. Meglio uscire nei giorni di pioggia, evitare giornate ventose e usare una mascherina all'aperto e quando si va in bicicletta».



Prima la visita dal medico Poi il prick test sul braccio

IL PERCORSO diagnostico prevede un consulto specialistico allergologico con un accurato controllo su familiarità, stagionalità dei sintomi, ambiente e abitudini di vita. Segue una visita minuziosa, non solo delle prime vie respiratorie ma anche del torace, poiché spesso alla rinite allergica si associa l'asma. A seguire, si eseguono i test diagnostici. I prick test consentono di evidenziare la presenza degli anticorpi responsabili dell'allergia. Si effettuano ponendo sull'avambraccio una goccia dei singoli allergeni per poi effettuare una piccola puntura su ogni goccia. Gli allergeni in questo modo vengono trasferiti dallo strato più superficiale della pelle a quello più profondo. Se si è allergici, gli anticorpi che reagiscono con l'allergene creano una reazione visibile. In corrispondenza delle positività si ha, nel giro di venti minuti, una zona di arrossamento con una piccola tumefazione simile a una puntura di zanzara. Tali test non sono dolorosi, costano poco e sono del tutto attendibili. Solo raramente, e in caso di cute iporeattiva o di dubbi, si ricorre anche ai RAST, test ematologici che evidenziano gli anticorpi IgE nel sangue.

Vaccini e immunoterapia per ritrovare il respiro

GRAZIE ai nuovi farmaci e all'immunoterapia con vaccini, chi soffre di allergia può tornare a respirare in primavera. Gli antistaminici di ultima generazione, privi di effetti collaterali, alleviano prurito, starnuti e naso che cola. Sono meno efficaci sull'ostruzione nasale, per cui devono essere associati ai cortisonici inalatori. Tali farmaci devono essere adoperati con continuità e fino a che le concentrazioni di polline nell'aria sono elevate. Utili anche i colliri a base di antistaminici. L'uso dei decongestionanti deve essere occasionale e molto limitato, perché può causare ipertensione arteriosa e tachicardia. In presenza di

asma si usano farmaci broncodilatatori e steroidei inalatori. Il vaccino è l'unica terapia con risultati duraturi che consente di incidere sul sistema immunitario dell'allergico, riducendo la possibilità di una evoluzione della rinite verso l'asma bronchiale. Per la desensibilizzazione si somministra l'allergene in modo graduale e

crescente fino a raggiungere un dosaggio che va poi assunto per almeno tre anni.

Il cibo scatena una crisi? Colpa delle reazioni crociate

LA SOA è un'allergia alimentare scatenata da ipersensibilità ai pollini. Alla base c'è una reazione allergica verso più sostanze, dette panallergeni, apparentemente indipendenti fra loro. La più frequente è quella tra mela, nocciola e polline di betulla. Prurito, formicolio e gonfiore alle labbra, spesso estesi al palato, compaiono subito dopo l'assunzione dell'alimento e si risolvono spontaneamente. Chi soffre di reattività crociata deve conoscere i legami tra pollini e alimenti. Il polline di graminacee crocia con frumento, coccomero, melone, limone, arancia, prugna, pesca, albicocca, ciliegia, kiwi, mandorla, coccomero, pomodoro, arachide; quello di parietaria crocia con gelso, basilico, pisello,



melone, ciliegia, pistacchio e quello di betulla con mela, pera, fragola, lampone, prugna, pesca, albicocca, ciliegia, mandorla, sedano, finocchio, carota, prezzemolo, kiwi, arachide, noce, nocciola. Il Test ISAC, tramite il dosaggio molecolare di IgE specifiche è l'esame per individuare con precisione le reazioni crociate.