



Allergia crociata agli acari della polvere

La dieta

Le persone allergiche agli acari della polvere possono manifestare disturbi anche dopo l'ingestione di alcuni alimenti. Si tratta di una reazione allergica crociata tra acari della polvere e alimenti che in medicina è nota come sindrome orale allergica (SOA). Nella maggior parte dei casi, i sintomi si limitano a irritazione delle labbra e della bocca (prurito al palato) ma, nei soggetti predisposti, possono arrivare a scatenare gravi problemi respiratori (attacco asmatico).

La raccomandazione principale per le persone già allergiche agli acari della polvere (specie bambini) rimane quella di evitare di consumare gli alimenti potenzialmente responsabili della SOA.

Per tutte le persone allergiche agli acari della polvere, la dieta va attentamente pianificata da un professionista e si basa sull'esclusione degli alimenti che possono scatenare una reazione crociata. Però, siccome non tutte le persone allergiche agli acari della polvere hanno sicuramente anche un'allergia crociata agli alimenti e poiché gli alimenti scatenanti sono diversi per ogni singola persona, è necessario che sia il professionista a indicare caso per caso quale dieta seguire, per limitare il rischio di carenze nutrizionali (specie vitamine e i minerali).

Alimenti da evitare
crostacei: aragosta, astice, canocchie, gamberi e gamberetti, granchio, mazzancolle, scampi, granseola
molluschi: calamaro, polpo, seppia, cozze o mitili, ostrica, tartufo di mare, vongole, telline, cannolicchi
lumache

Chiedi sempre a un professionista una dieta personalizzata.

Stile di vita

Va ricordato che il pelo degli animali domestici può trasportare gli



acari della polvere e quindi non si possono tenere cani e gatti nello stesso ambiente in cui si trova una persona allergica ai pollini che abbia già manifestato problemi respiratori.

COUNSELLING