

# TEST O CROCE?

**Esami attendibili quanto il lancio di una monetina, costi inutili e mode che impediscono la diagnosi dei pazienti reali. La denuncia della Società Italiana di Allergologia, Asma e Immunologia Clinica**



©SHUTTERSTOCK

e ben 9 su 10 risultano positivi. Peccato che, come fa notare la Società Italiana di Allergologia, Asma e Immunologia Clinica (SIAAIC), la loro attendibilità diagnostica sia pari a zero. Per consentirci di comprendere meglio il concetto gli esperti paragonano l'attendibilità di questi test al lancio di una monetina: "Vorrei sapere se sono intollerante al lattosio, testa o croce?". In quanti si sottoporrebbero a un test diagnostico del genere ritenendolo attendibile il risultato e comportandosi di conseguenza? Eppure ci sono milioni di italiani pronti a spendere centinaia di euro in test non validati secondo i criteri della medicina basata sulle evidenze scientifiche. Nel lanciare l'allarme SIAAIC specifica che i quattro milioni di esami inutili eseguiti annualmente hanno un costo di 300 milioni di Euro.

I test cui abbiamo accennato sopra interessano un'infinità di patologie legate al cibo. Molti riguardano le allergie e ne esistono tantissime varianti tese a indagare la relazione tra gli alimenti e i sintomi più disparati. Ad esempio numerosi pazienti cercano di capire se sono allergici al grano, che sappiamo essere una condizione patologica che coinvolge meccanismi immunitari diversi dalla celiachia, scatenata da un complesso di molecole del grano fra le quali anche il glutine, con tempi di risposta e reazioni ben diverse da quelle della celiachia, inclusi l'eruzione cutanea e il temibile shock anafilattico. Ma altrettanti test interessano le intolleranze alimentari e altri disturbi correlati all'alimentazione, non ultima la celiachia, basti pensare a quanti si sono ritrovati a reggere pane e spaghetti in at-

di **Elisa Canepa**

Con la supervisione di **Donatella Macchia**  
RESP. PRESIDIO DI RETE REGIONALE MORBO CELIACO  
AZIENDA SANITARIA FIRENZE

Toccare gli alimenti e valutare le conseguenti alterazioni del battito cardiaco, analizzare le sostanze chimiche presenti nei capelli o il variare della forza quando si regge un alimento potenzialmente nocivo. Tra campi magnetici, elettrodi e cellule che vengono a contatto con le sostanze più disparate, sono in costante aumento i presunti test per diagnosticare allergie e intolleranze alimentari. Risposte pronte, "scorciatoie veloci" o promesse allettanti per pazienti che, sempre più numerosi, si interrogano sull'origine dei loro disturbi, riconducendoli alla sfera dell'alimentazione alla disperata ricerca di test affidabili, in grado di confermare i loro dubbi o eliminarli per sempre. Ogni anno ne vengono eseguiti circa 4 milioni

## IN CIFRE

**4 mln**

i test eseguiti ogni anno per diagnosticare intolleranze alimentari

**9 su 10**

risultano positivi, con una attendibilità diagnostica pari a zero

tesa di conoscere una presunta diagnosi. Informazioni errate che mettono a repentaglio la salute, costi inutili ma anche il preoccupante rischio di impedire ai pazienti di ricevere una vera diagnosi e iniziare a curare correttamente la loro patologia.

### **Mai a dieta senza diagnosi**

Un pericolo che anche noi di AIC abbiamo più volte sottolineato e che è diventato il tema portante dell'iniziativa di sensibilizzazione "La Settimana della Celiachia". A Maggio 2015 infatti, in concomitanza con l'apertura dell'EXPO, AIC ha voluto introdurre il tema della celiachia nella più ampia riflessione globale,

**MILIONI DI ITALIANI PRONTI A SPENDERE CENTINAIA DI EURO IN TEST NON VALIDATI DAI CRITERI DELLA MEDICINA**

dal momento in cui questa patologia è oggi confusa con molte altre o, peggio, con una deliberata scelta alimentare, e la dieta senza glutine - unica terapia attualmente nota per i pazienti - viene consigliata come panacea di tutti i mali. "La dieta senza glutine non è una moda, non metterti a dieta senza prima aver ricevuto la tua diagnosi", questo il nostro messaggio. E di moda parla anche il Presidente di SIAAIC Giorgio Walter Canonica il quale osserva che "purtroppo le intolleranze alimentari, confuse per di più dalla maggioranza con le allergie vere e proprie, sono ormai una 'moda' con cui si spiegano i sintomi più disparati: chi non riesce a dimagrire spesso si convince che sia per colpa di un'intolleranza, mentre nessuna di quelle reali può fare ingrassare. Orticaria acuta, sintomi gastrointestinali e anafilassi sono i segni distintivi delle allergie, ma oggi basta avere una stanchezza inspiegabile, qualche difficoltà digestiva, mal di testa, dolori alle articolazioni o altri disturbi aspecifici e non facilmente inquadrabili per auto-diagnosticarsi un'intolleranza alimentare



### **COME SI FA LA DIAGNOSI**

La diagnosi di allergia alimentare deve essere fatta dallo specialista allergologo, secondo un iter diagnostico, presso Centri di Riferimento, qualora l'anamnesi di reazione ad alimenti e i test preliminari non permettano una diagnosi di certezza.

#### **METODICHE DIAGNOSTICHE VALIDATE**

- ✓ Accurata storia clinica durante la quale è fondamentale identificare il o gli alimenti sospetti;
- ✓ Esame delle condizioni cliniche generali del paziente;
- ✓ Test cutanei (prick test);
- ✓ Dosaggio delle IgE specifiche;
- ✓ Dieta di eliminazione;
- ✓ Test di provocazione orale che consiste nella somministrazione di dosi progressivamente crescenti dell'alimento fino allo scatenamento dei sintomi a una dose corrispondente a quella normalmente assunta. Il test deve essere sempre eseguito in centri specializzati e sotto stretto controllo medico per la possibilità di reazioni anche gravi. (Tratto dal Vademecum di SIAAIC)

#### **METODICHE DIAGNOSTICHE ALTERNATIVE NON VALIDATE**

- ✗ Test del capello: verifica delle sostanze chimiche del capello per stabilire lo stato di salute del soggetto;
- ✗ Test su cellule del sangue: valuta modifiche nelle cellule a contatto con le più varie sostanze;
- ✗ Test della forza: valuta variazioni della forza quando si manipolano alimenti nocivi;
- ✗ VEGA Test: il paziente ha in una mano un elettrodo negativo attaccato ad un circuito cui si applica l'alimento e si tocca il paziente con l'elettrodo positivo. La variazione del voltaggio indicherebbe intolleranza all'alimento specifico;
- ✗ Biorisonanza: valutazione con un computer del campo magnetico del soggetto e delle variazioni indotte da un alimento che genera intolleranza o allergia;
- ✗ Pulse test o del riflesso cardiaco auricolare: valuta le variazioni della frequenza del polso a contatto con alimento che genera intolleranza o allergia. (Tratto dal Vademecum di SIAAIC)

‘prendendo di mira’ un cibo quasi a caso. I danni sono molteplici: se da un lato si spendono centinaia di euro per sottoporsi a esami senza alcuna corretta validazione scientifica, che hanno un costo variabile dai 90 ai 400/500 euro, proposti ampiamente attraverso i più diversi canali di vendita, dall’altro esiste anche il rischio di sottovalutare condizioni cliniche reali come un’eventuale vera allergia o una celiachia. Ne deriva che il processo diagnostico deve essere rigoroso, secondo un iter ben preciso che non può essere improvvisato”.

#### Al bando i fantasiosi

Per questo motivo SIAAIC non si limita a denunciare il problema ma sceglie di mettere al bando gli esami più “fantasiosi” e di realizzare un vademecum dedicato a tutti i cittadini che sospettano allergie e intolleranze alimentari rischiando di cadere in costose trappole di inutili test, accompagnato da un documento-guida per i ristoratori contenente alcune indicazioni di base per accogliere i clienti allergici.

Oggi i protocolli dedicati alle patologie alimentari consentono di ottenere risposte accurate e veritiere, ma inutile dire che occorre attenersi esclusivamente agli iter diagnostici ufficiali sotto la guida di un medico. A confermarlo è anche il Vicepresidente SIAAIC Mario Di Gioacchino, che ha partecipato alla stesura delle linee guida: “Le metodiche diagnostiche attuali - afferma - sono molto raffinate e ci consentono, nel caso delle allergie alimentari, di individuare con precisione a quale porzione, proteina, dell’alimento si è realmente ipersensibili. Questi strumenti sono essenziali, perché permettono di dare indicazioni ai pazienti più accurate rispetto al passato, migliorando nettamente la loro qualità di vita: in alcuni casi ad esempio è possibile consumare un frutto a cui si è allergici togliendone la buccia, oppure un alimento si può mangiare una volta cotto. Dipende dalle proteine specifiche che sono coinvolte nell’allergia, conoscerle oggi è possibile

## SOLO ATTENENDOSI AGLI ITER DIAGNOSTICI UFFICIALI SI OTTENGONO RISPOSTE ACCURATE E VERITIERE

e significa anche sapere se il paziente è a maggiore o minor rischio di reazioni severe fino allo shock anafilattico. Le linee guida della SIAAIC vogliono indicare ai medici il corretto percorso diagnostico, il vademecum dedicato ai pazienti vuole invece essere una guida per riconoscere i sintomi di possibili allergie e per trovare le risposte che servono davvero”.

Resta fondamentale non affidarsi al *fai da te* o a presunti “esperti”. “Sarà lo specialista - osserva Donatella Macchia, responsabile dell’Area Allergie Alimentari SIAAIC e capofila sia delle linee guida sia del vademecum - a sottoporre il paziente agli esami adeguati per capire se si tratta di un’allergia o di un’intolleranza oppure se non c’è nulla di cui preoccuparsi. Il vademecum indica anche quali risposte ci si devono attendere da un medico qualificato e quali siano i comportamenti ‘virtuosi’ se ci si scopre allergici o intolleranti: primo su tutti, attenersi alle indicazioni dietetiche date senza cedere al *fai da te*. Il vademecum è dedicato in una sua parte anche ai ristoratori: oggi non è più pensabile che in un ristorante non vi sia almeno una persona in grado di rispondere ai dubbi e alle richieste di un cliente che dichiara un’allergia. Il nostro documento dà indicazioni per evitare contaminazioni nella preparazione, conservazione e nel servizio e fornisce utili informazioni per l’acquisto di materie prime sicure, tracciabili e ben etichettate. Tutto questo con l’obiettivo di rendere la vita di chi è realmente allergico sempre più semplice, a partire da una corretta e tempestiva diagnosi sgombrando il campo dai troppi equivoci che ci sono in questo settore”. ♦

