

IL NEONATO ALLERGICO: CHE FACCIAMO ?

*di Andrea Di Chiara, odontoiatra
Presidente di AIPRO – Associazione Italiana per la Prevenzione della Respirazione Orale
www.aipro.info*

Mi è capitato ultimamente di rispondere a neomamme allarmate perché il loro cucciolo presentava sintomi preoccupanti di patologie di origine allergica: dall'asma, alle rinfaringiti croniche, agli eczemi ecc.

Da cosa dipende? Come fare ? Cosa fare?

Il problema è tanto più grande quanto più il bambino è piccolo: non potendo comunicare, a volte deve essere sorvegliato in maniera speciale perché la sua situazione non precipiti all'improvviso.

Pur avendo già parlato in lungo e in largo dell'origine e della larga diffusione _ in aumento _ delle patologie allergiche a carico dei bambini (per i più curiosi consiglio la lettura dell'articolo "La respirazione orale: un'ipotesi eziologia e una sintesi funzionale attuale", nel sito www.aipro.info , pagina Approfondimenti sezione Articoli del Dr. Di Chiara), vorrei approfittare di questo piccolo spazio per fornire qualche consiglio pratico possibilmente utile, motivandolo in modo speriamo comprensibile.

Il bambino è un essere immaturo sia fisicamente che funzionalmente. Questa affermazione, apparentemente banale, era considerata dai Cinesi il principale motivo delle malattie dei bambini. Ascoltiamo con rispetto i Cinesi visto che i loro libri medici contengono informazioni pediatriche attendibili da circa 1800 anni.

In particolare, i Cinesi affermano che i bambini sono deboli (cioè immaturi) nel circuito respirazione (polmoni) – digestione (milza). In Medicina Cinese la respirazione e la digestione sono funzioni appaiate e funzionalmente indissolubili: ossia, non si può respirare male senza che ne soffra la digestione e viceversa.

Ora, la maturazione della funzione digestiva avviene entro i primi sei anni di vita. Questo è il periodo in cui si manifestano e si consolidano le più ovvie malattie allergiche, che guarda caso sono solo a carico degli organi a significato respiratorio e/o digerente: coliche, eczemi, tosse, raffreddori da fieno, diarrea ecc. (a proposito, la pelle in medicina cinese è un organo respiratorio e viene regolato dai polmoni...).

Quanto sopra ci porta a considerare la digestione come qualcosa di strategico nella salute di un bambino: e quindi, visto che il bambino possiede una funzionalità digestiva ancora immatura, è conveniente metterlo in condizioni di digerire facilmente alimenti facilmente digeribili.

Purtroppo (qui vengono le dolenti note) la medicina occidentale moderna non si occupa degli effetti di certi alimenti (soprattutto se ingeriti tutti i giorni) ai danni del sistema digestivo dei bambini. Per questo i pediatri sembrano non sapere cosa conviene (e non conviene) che i bambini mangino, e non possono consigliare alle mamme una dieta protettiva per i loro bambini.

Cosa succede se il bambino digerisce male? Semplicemente che si creano accumuli di prodotti non digeriti (in medicina cinese sono noti come "flegma") che tipicamente si accumulano nelle zone controllate dalla funzione polmonare, ossia le mucose e le stazioni linfatiche degli organi respiratori: mucose interne del naso, orecchio interno, laringe, faringe, tonsille, adenoidi, bronchi...

sarà forse questo il motivo per cui i bambini soffrono quasi solo di raffreddori, otiti, laringiti, faringiti, tonsilliti, adenoiditi, bronchiti, broncospasmo, asma ?

L'intasamento delle mucose del tratto respiratorio superiore impedisce all'aria di passare attraverso il naso, per cui questi bambini assumono l'abitudine deleteria di respirare con la bocca aperta...

È importante rendersi conto che una dieta appropriata può prevenire praticamente tutte le suddette malattie pediatriche nei bambini molto piccoli, *a condizione che si agisca prima che abbiano preso l'abitudine di respirare a bocca aperta. In quest'ultimo caso è necessario contenere i danni con la dieta appropriata, e poi non appena possibile (a partire dai 6 anni) rieducare la corretta neuromotricità di lingua, labbra, collo, diaframma).*

Così come la dieta appropriata è preventiva, la dieta sbagliata facilmente fa precipitare gli eventi e scatenare crisi delle patologie suddette.

Quali sono gli alimenti che, producendo più "flegma", sono i meno digeribili da parte dei bambini? Purtroppo, quelli più frequentemente in uso, quali cibi a base di frumento (pane, pasta, biscotti, merendine), tutte le altre fonti di glutine e di zucchero bianco, e il latte vaccino e tutti i suoi derivati, in particolare i formaggi stagionati.

Tali alimenti sono da evitarsi in particolare la sera, perché la notte che segue è il periodo nella giornata in cui maggiormente si accumula il flegma negli organi che lo raccolgono, e anche il momento in cui le funzioni di drenaggio si rallentano. Guarda caso i peggiori attacchi di asma e di respirazione con la bocca si osservano proprio di notte.

È un buon consiglio trovare un pediatra che possa studiarvi una dieta in base al gruppo sanguigno di vostro figlio, ricordando però che gli alimenti di cui sopra si digeriscono male comunque se si è piccolini.

Quanto ai farmaci, conviene impiegare la terapia antibiotica (per qualsiasi motivo la si voglia usare) solo in caso di reale bisogno (e non in modo preventivo, come più facilmente si tende a fare), a causa degli importanti effetti collaterali degli antibiotici sull'intestino e la sua flora batterica.

In effetti si constata poi nella pratica clinica che i bambini che stanno peggio sono sempre gli "affezionati" della triade vaccini + antibiotici + dieta erronea...