

## **LE INTOLLERANZE ALIMENTARI NON TOSSICHE**

Le reazioni avverse agli alimenti in cui non è coinvolto il sistema immunitario sono anche conosciute come **INTOLLERANZE ALIMENTARI**.

Se ne riconoscono di vari tipi

- Enzimatica
- Da difetto di trasporto
- Farmacologica
- Idiosincrasica (da additivi alimentari)

Le più comuni sono quelle da farmaci e da additivi alimentari:

- Salicilati, amine biogeniche (istamina, tiramina, serotonina...)
- Solfiti (presenti in vino e farmaci)
- Sodio glutammato (esaltatore di sapidità)
- Coloranti e conservanti (come tartrazina, benzoati, sorbati...), dolcificanti (aspartame)

Le intolleranze enzimatiche e da difetto di trasporto, sono dovute a difetti genetici autosomici recessivi di riduzione od assenza di enzimi digestivi dei carboidrati alimentari (lattosio, fruttosio...).

I carboidrati indigeriti raggiungono il crasso immodificati; sono scomposti dalla flora batterica in acidi grassi a catena breve, metano, biossido di carbonio e idrogeno. Questa trasformazione comporta i classici sintomi di meteorismo, flatulenza, dolori addominali, e diarrea, molto comuni anche ad altre patologie gastroenteriche (colon irritabile, celiachia, IBD).

Nella tabella si riportano le forme più comuni:

Sindrome da malassorbimento combinato di disaccaridi	Lattosio, saccarosio, ed altri disaccaridi	Autosomica recessiva
Intolleranza isolata ad un disaccaride	Disaccaride	
Difetto di trasporto GLUT5	Fruttosio	
Lattasi ( deficit di beta-galattosidasi)	Lattosio	<ul style="list-style-type: none"><li>• Congenita</li><li>• Autosomica recessiva (molto rara)</li><li>• Fisiologica (dall'età di 3-5 anni)</li></ul>
Saccarasi ( deficit di saccarasi isomaltasi)	Saccarosio	Autosomica recessiva
Maltasi (deficit di alfa-glucosidasi)	Maltosio	Autosomica recessiva
Trealasi	Trealosio	Autosomica recessiva

Galattasi

Galattosio

Autosomica recessiva

L'unica intolleranza da difetto enzimatico ereditario correlato al cromosoma X è il **favismo**; la assunzione di fave in questi soggetti con difetto dell'enzima glucosio-6-fosfato deidrogenasi comporta grave anemia emolitica acuta.

1

---

<sup>1</sup> Dott Mauro Basilico Via Val Maira 14 Milano