

## **Celiachia e allergia al frumento: Associazione Italiana Celiachia e Food Allergy Italia APS fanno chiarezza su cause e sintomi e chiedono etichette alimentari affidabili**

**Le due associazioni di pazienti chiedono attenzione nel comunicare gli incidenti legati all'assunzione di allergeni e lanciano un appello alle istituzioni per avere etichette alimentari più chiare**

La celiachia e l'allergia al frumento sono due patologie distinte che vengono erroneamente associate creando in alcuni casi allarme nella popolazione. Troppo spesso, quando capitano incidenti anche fatali per i pazienti allergici, le malattie vengono confuse: solo una diffusa e corretta conoscenza di queste patologie può garantire la tutela della salute dei pazienti che, anche se in modalità diverse, sono ugualmente esposti a rischi e complicanze molto serie.

Per questo motivo **AIC - Associazione Italiana Celiachia**, che da 45 anni è al fianco delle persone celiache, e **Food Allergy Italia APS**, che dal 2002 sostiene le persone con allergia e intolleranza alimentare, hanno deciso di fare chiarezza sulle cause e sintomi delle due malattie e lanciare un appello congiunto alle istituzioni italiane ed europee perché vengano adottate regole chiare e affidabili per le **etichette alimentari** con la regolamentazione della **scritta precauzionale** degli allergeni PAL (Precautionary Allergen Labelling) "*può contenere ...*" a tutela della salute delle persone celiache e allergiche.

La **malattia celiaca o celiachia** è una infiammazione cronica dell'intestino tenue, scatenata dall'ingestione di glutine in soggetti geneticamente predisposti e si stima che solo il 3% sviluppi effettivamente la malattia; è caratterizzata da un quadro clinico molto variabile che va dalla diarrea profusa con marcato dimagrimento, a sintomi extra-intestinali, alla associazione con altre malattie autoimmuni. Sono 265.102 le persone celiache in Italia (dati Ministero della Salute, 2023) ma consolidate evidenze scientifiche epidemiologiche stimano che la celiachia riguardi oltre l'1% della popolazione e che quindi siano circa 400.000 i casi non ancora diagnosticati.

L'**allergia al frumento** è una condizione patologica completamente differente che coinvolge meccanismi immunitari diversi: può essere scatenata da un complesso di molecole del frumento anche diverse dal glutine, e comporta tempi di risposta e reazioni ben distinte da quelle della celiachia, inclusi l'eruzione cutanea e lo shock anafilattico.

Nella celiachia l'unica via di esposizione al glutine in grado di attivare la malattia è quella intestinale, quindi solo assumendo glutine con l'alimentazione un celiaco può sviluppare sintomi, mentre le vie di innesco dell'allergia al frumento includono anche il sistema respiratorio, la cute e le mucose. Anche il meccanismo patogenetico della celiachia è diverso da quello delle allergie alimentari, per cui l'**ingestione di glutine nelle persone celiache non provoca lo shock anafilattico**. La celiachia presenta un effetto tossico del glutine che si innesca e amplifica con una esposizione continuativa e prolungata, anche a piccolissime dosi, a differenza delle allergie, a cui può bastare un'unica esposizione, anche qui anche a dosi molto piccole, di frumento per portare al meccanismo di attivazione della reazione allergica. Il celiaco, tuttavia, può sviluppare una sintomatologia gastrointestinale anche acuta, particolarmente pericolosa in soggetti fragili, come bambini, anziani o donne in gravidanza, e che in alcuni casi può portare anche al ricovero ospedaliero.

*"Per questo è particolarmente importante"* sottolinea **Rossella Valmarana, Presidente di AIC**, *"che gli operatori del settore alimentare, in particolare i ristoratori, siano adeguatamente formati su come gestire l'accoglienza di un celiaco o di una persona allergica"*.

*“Un altro tema per noi molto importante è quello dell’etichettatura degli alimenti, in particolare degli allergeni alimentari. Oggi assistiamo a una situazione così confusa che addirittura il recente rapporto speciale della Corte dei Conti Europea (ECA) l’ha definita un ‘un labirinto’ per i consumatori”* continua **Marcia Podestà**, Presidente di Food Allergy Italia APS.

Un prodotto per essere definito “senza glutine” e garantire la salute dei pazienti celiaci, deve contenere una concentrazione di glutine non superiore ai 20 ppm (parti per milione o mg su kg). Per quanto riguarda invece l’allergia al frumento, si stima che il 95% dei pazienti allergici possa tollerare e, quindi, assumere fino a 5 mg di proteine totali del frumento in un’unica dose, con eccezione del restante 5% di persone che presentano soglie di tolleranza più basse.

È fondamentale quindi che le **etichette alimentari** prevedano l’utilizzo di scritte precauzionali che tengano conto di queste differenti soglie per garantire la protezione adeguata a tutti i pazienti, celiaci e allergici. Nasce da qui la volontà di AIC e Food Allergy Italia APS di lavorare in modo congiunto, a livello nazionale e internazionale, per trovare soluzioni che proteggano tutti i pazienti in ogni situazione: l’attuale normativa dell’Unione Europea sull’etichettatura precauzionale degli allergeni (articolo 36 del Regolamento 1169/2011) è infatti carente: poiché non sono mai stati emessi i necessari atti esecutivi per regolamentarne l’utilizzo, oggi, la scritta *“Può contenere..”* è soggetta a interpretazioni diverse con grande incertezza per i consumatori.

L’obiettivo congiunto di AIC e Food Allergy Italia APS è che l’etichettatura precauzionale rientri tra le **informazioni obbligatorie** delle etichette, basate sulla gestione del rischio quantitativo e qualitativo degli allergeni e, per questo, attraverso le rispettive Federazioni europee AOECs ed EFA, sono attive presso la Commissione del Codex Alimentarius che si sta occupando in questo periodo proprio della regolamentazione delle etichette precauzionali attraverso la creazione di specifiche linee guida, standardizzate a livello internazionale.

**Nell’attesa di interventi istituzionali, Associazione Italiana Celiachia e Food Allergy Italia APS hanno definito specifiche raccomandazioni per i pazienti.**

#### **AIC - Associazione Italiana Celiachia APS**

Per i prodotti alimentari e le bevande che potrebbero contenere glutine, AIC si ispira al **principio della massima cautela e consiglia di affidarsi alla dicitura “senza glutine”**. Questa dicitura, pensata appositamente per i celiaci, garantisce per legge (Regolamento UE 828/2014) il rispetto della soglia massima di glutine loro consentita (20ppm, cioè 20 mg per kg). Questa dicitura non è destinata ai soggetti allergici al frumento e non va ricercata negli alimenti che sono senza glutine in natura e per cui la norma stessa ne vieta l’utilizzo, potendo essere ingannevole e confondente per i pazienti-consumatori.

#### **Food Allergy Italia APS**

Per i prodotti alimentari e le bevande che potrebbero contenere allergeni, Food Allergy Italia APS si ispira al **principio della massima cautela** e consiglia di leggere sempre le etichette dei prodotti e di **rivolgersi al proprio allergologo** per quanto riguarda la gestione della dieta di eliminazione. Non è consigliabile il consumo di prodotti con l’etichettatura precauzionale senza una valutazione clinica completa e la consapevolezza che sia stata condotta una appropriata valutazione del rischio allergenico.

Per info [www.celiachia.it](http://www.celiachia.it) e [www.foodallergyitalia.org](http://www.foodallergyitalia.org)

L'Associazione Italiana Celiachia (AIC) APS nasce nel 1979 su iniziativa di alcuni genitori di bambini celiaci in un'epoca in cui la celiachia era poco conosciuta e considerata una malattia pediatrica. Oggi è portavoce dei pazienti e delle loro istanze in tutti i più importanti contesti istituzionali: cura progetti per migliorare la vita quotidiana del paziente; iniziative e strumenti di comunicazione per informare e sensibilizzare il pubblico, i media e la classe medica; risponde direttamente ai bisogni dei celiaci sul territorio grazie alle sue 21 AIC associate; sostiene la migliore ricerca scientifica italiana sulla celiachia e diffonde il Marchio Spiga Barrata, la massima garanzia di sicurezza e idoneità degli alimenti per le persone celiache.

AIC ha ricevuto l'attestazione al merito della Sanità pubblica per le meritorie attività svolte nell'ambito della sanità pubblica (DPR 31 maggio 2023). Sul piano internazionale, AIC fa parte di AOECs, Association of European Coeliac Societies, e il CYE – The Coeliac Youth of Europe, forum internazionale dei giovani celiaci. [www.celiachia.it](http://www.celiachia.it)

**Food Allergy Italia APS**, fondata nel 2002, è la prima associazione in Italia composta da pazienti adulti e genitori di bambini con allergia e intolleranza alimentare, nata per aumentare la sensibilità nei confronti di questa patologia, diffusa, ma spesso sottovalutata. Le famiglie si trovano ad affrontare da sole difficoltà economiche, informative, psicologiche che ne minano la serenità, per questo Food Allergy Italia APS lavora per dare aiuti concreti ai pazienti e alle loro famiglie, aumentare la sensibilità sociale nei confronti dell'allergia alimentare e promuovere un'ottimale qualità di vita ai pazienti e alle loro famiglie, favorendo l'inclusione nella comunità delle persone che soffrono di allergia alimentare e anafilassi. Promuove e implementa programmi educativi sull'allergia alimentare e collabora con le istituzioni, la scuola, l'industria alimentare e la ristorazione per facilitare un ottimale livello di sicurezza ai pazienti con allergia alimentare. È membro del Direttivo dell'EFA (European Federation of Allergy and Airways Diseases Patients' Associations) e molti giovani del FAI Youth Group sono membri dell'EFA European Allergy and Asthma Youth Parliament. [www.foodallergyitalia.org](http://www.foodallergyitalia.org)

Ufficio Stampa: Le Acrobate - idee parole comunicazione  
Alessandra Tonini [alessandra.tonini@leacrobate.it](mailto:alessandra.tonini@leacrobate.it) 328-1046670  
Caterina Argirò [caterina.argiro@leacrobate.it](mailto:caterina.argiro@leacrobate.it) 349-0745535