

ALLERGIE come prevenirle

Un bambino non nasce allergico, ma **eredita dai genitori la predisposizione a sviluppare un'allergia**. Non è detto che si tratti dello stesso tipo di allergia: può essere infatti diversa sia per quanto riguarda la forma di reazione sia per l'allergene (l'agente responsabile). Se entrambi i genitori sono allergici, vi è più del 50 per cento di possibilità che lo sia anche il bimbo.

● In Italia, le allergie che un tempo si manifestavano solo in primavera, oggi sono presenti tutto l'anno. Alla base di questo fatto, vi sono: la presenza di piante in passato poco diffuse, l'introduzione di alimenti importati e anche il miglioramento delle condizioni di vita e di igiene,

poiché il sistema immunitario che in passato produceva anticorpi per combattere le malattie infettive, oggi li produce anche contro sostanze per lo più innocue, come per esempio i pollini. Ecco alcuni consigli per prevenire la comparsa delle allergie.

1 Evitare che il bimbo entri in contatto con le sostanze a rischio di allergia, come pollini, muffe e acari della polvere.

2 installare un deumidificatore in casa, se l'ambiente è molto umido, per creare condizioni meno favorevoli alla

proliferazione di acari e muffe;

3 eliminare moquette, tappeti e tendoni dalla stanza del piccolo;

4 scegliere materassi, coprimaterassi, cuscini e copricuscini in materiale anallergico;

5 lavare spesso i peluche e riporli nel congelatore ogni 15 giorni, poiché le basse temperature uccidono gli acari;

6 non portare il bambino ai giardini o in campagna nei periodi di fioritura degli alberi;

7 privilegiare le località marine per le vacanze.

