

Le Allergie

L'**allergia** è l'espressione di un meccanismo di difesa da parte dell'organismo che cerca in tutti i modi di segnalare un suo disagio.

L'allergia nasce da "errori" di valutazione di alcune cellule del sistema immunitario (linfociti T) che iniziano ad impartire ordini ad altre cellule (linfociti B) di produrre anticorpi verso sostanze innocue (pollini di graminacee o altri alberi in fiore, pelo di animali, polvere, cibi).

Proprio per questo è una espressione di disagio dell'organismo, in quanto è bene chiarire che il problema non sono le sostanze verso cui si risponde in maniera eccessiva e con le quali ci siamo evoluti per migliaia di anni in serena convivialità, quanto più uno **squilibrio del sistema immunitario dell'organismo**, in particolare di quella che definiamo "*immunità acquisita*".

L'allergia è un esempio eclatante del distacco tra uomo e ambiente con il quale si instaura una vera e propria disarmonia.

Nel caso dell'allergia a un cibo specifico si procede innanzitutto con l'esclusione di quel cibo e di tutti i preparati alimentari che lo possono contenere e poi si lavora sull'intestino così come negli altri tipi di allergie (vedi articolo allergia e intestino).

Nel caso in cui l'allergene sia un polline o altro, il cibo può comunque aiutare perché si cerca di riequilibrare quella parte del sistema immunitario che si trova sbilanciato.

Ricordo a tutti voi che la gran parte delle cellule del sistema immunitario si trovano nel nostro intestino e una alimentazione equilibrata e personalizzata sui disagi del paziente riesce a operare un miglioramento progressivo nella capacità immunitaria di valutazione dell'organismo, finché questo smette di reagire a sostanze che non gli possono provocare alcun danno..