

Mangiare tonno e sardine e avere una ... reazione allergica

Mangiare tonno e sardine e avere una... reazione allergica? Può essere, se questi alimenti contengono istamina, una sostanza che ha un ruolo importante nelle reazioni allergiche.

Tonno fresco, importato dalla Spagna, congelato, importato dall'Indonesia e sardine congelate provenienti dal Marocco, contenevano dosi elevate di istamina tanto da essere segnalate dal Sistema rapido di allerta europeo.

Il motivo è nella cattiva, o lunga, conservazione dell'alimento, il che provoca la proliferazione di batteri che inducono la produzione di istamina che è resistente al calore (90 minuti a 116 gradi per inattivarla).

Più che di allergia dovremmo parlare di intolleranza alimentare ma gli effetti sono simili: arrossamento del viso e del collo, orticaria, nausea, vomito, diarrea, mal di testa e vertigini.

Meno male che queste partite alimentari non sono state immesse sul mercato ma rimane il problema dei controlli che non possono essere così capillari da poter ispezionare tutto.

Un aiuto potrebbe venire dalla diffusione dei nomi delle ditte coinvolte: i consumatori potrebbero orientare i consumi verso nomi e prodotti sicuri.