

Allergia al latte: cos'è, sintomi, come evitare lo shock anafilattico e perché portare sempre con sé l'adrenalina di Maria Giovanna Faiella

Intervista a Gian Luigi Marseglia, presidente Società italiana di Allergologia e Immunologia pediatrica e professore ordinario di pediatria all'Università di Pavia: «L'allergia non va confusa con l'intolleranza al lattosio» (Fonte: <https://www.corriere.it/> 19 maggio 2026)



Un ragazzo di 16 anni, Adriano D'Orsi, allergico al lattosio, è morto dopo aver mangiato un gelato. «In alcuni casi di allergia alimentare si può anche morire, di intolleranza no», spiega Gian Luigi Marseglia, presidente della Società italiana allergologia e immunologia pediatrica e professore ordinario di pediatria all'Università di Pavia.

Professore, qual è la differenza?

«L'allergia è una reazione anomala del sistema immunitario - in soggetti predisposti - alle proteine del latte o ad altre sostanze allergizzanti, soprattutto uovo, crostacei e frutta a guscio. Non va confusa con l'intolleranza alimentare: quella al lattosio, di cui soffrono molti italiani, è dovuta alla carenza di un enzima nell'intestino, che serve per digerire questo zucchero del latte, e provoca disturbi minori, limitati all'apparato gastroenterico, come gonfiore all'addome e scariche poco formate».

Quali sono i sintomi dell'allergia?

«Nella maggior parte dei casi i sintomi sono modesti: la reazione allergica può interessare la pelle

con manifestazioni di tipo cutaneo (eruzioni, prurito) e l'apparato gastroenterico (vomito, diarrea); in altri casi più seri può determinare difficoltà respiratorie (tosse, respiro sibilante); in altri casi più gravi, ma molto limitati, si può avere lo shock anafilattico (o anafilassi, che significa reazione contro qualcosa di alterato, estraneo), che interessa tutto l'organismo: si verifica una grave insufficienza cardiorespiratoria, e si può morire».

L'anafilassi si può prevenire?

«Chi è allergico a un alimento deve evitarlo. **A volte**, però, per scatenare la reazione allergica bastano **piccole tracce dell'alimento**, anche **per contaminazione**, per esempio se il gelato alla frutta è stato erogato con un cucchiaino usato in precedenza per un gusto contenente latte».

Cosa fare in questi casi?

«La prevenzione passa attraverso la conoscenza e la formazione. A distanza di un mese due ragazzi sono morti per allergia, pur essendoci oggi gli strumenti per evitarlo. Per questo, come Società scientifica stiamo lanciando una campagna di sensibilizzazione, soprattutto nelle scuole e nel settore della ristorazione, perché si abbia contezza del problema».

Come si evita lo shock anafilattico?

«Chi ha un'allergia alimentare deve sempre portare con sé un farmaco salvavita, l'**adrenalina** (autoiniettabile), da usare se si avvertono sintomi gravi, per esempio gravi difficoltà respiratorie, prurito, gonfiore (viso, gola), calo di pressione».