



# asma e dieta<sup>(1,2,3)</sup>

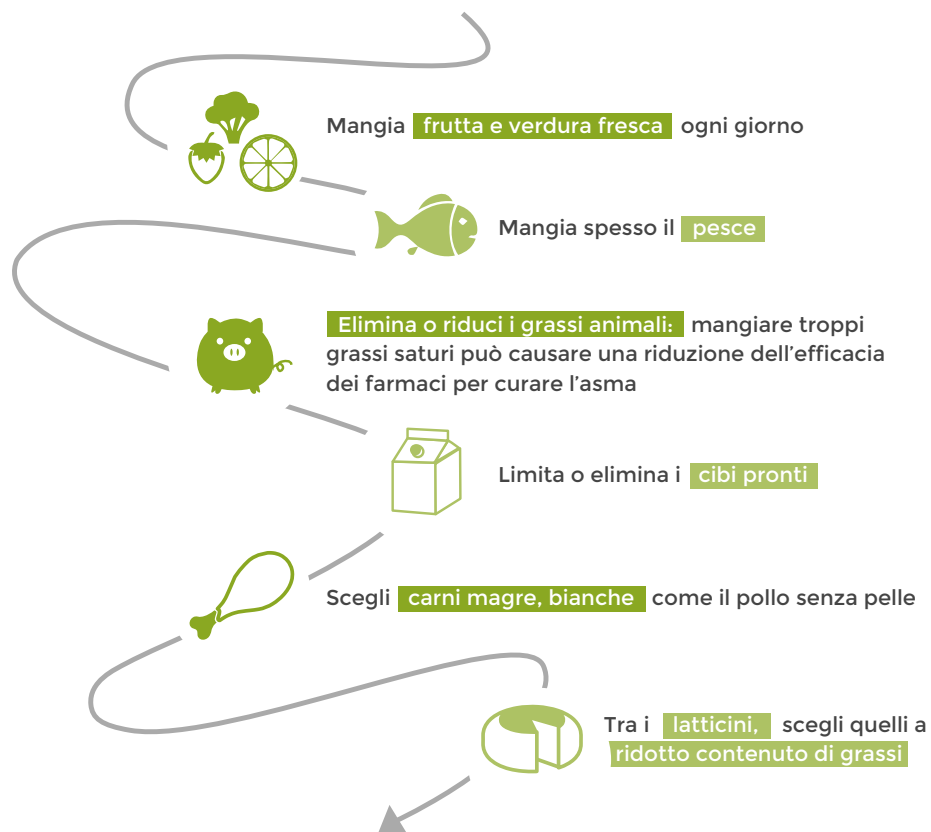
L'alimentazione raramente può essere un elemento scatenante dei sintomi dell'asma. La valutazione del legame tra allergia alimentare e asma deve essere fatta da uno specialista. In caso di effettiva correlazione, è essenziale conoscere gli alimenti "incriminati" e raggiungere comunque un buon controllo dell'asma, oltre ad essere informati sui pericoli e i rischi di questo legame. Occorre considerare che certi cibi e/o bevande, indipendentemente dalla condizione allergica, possono peggiorare l'asma per il loro contenuto di solfiti (es. vini bianchi, aceto, crostacei, frutta secca, ecc.)

## In questi casi:



**In tutti gli altri casi, ossia quando non vi è legame tra asma e allergie alimentari, è importante seguire una sana alimentazione.**

## Come comportarsi a tavola?



**Mangiare sano ti aiuta a tenere l'asma sotto controllo.**

**L'obesità è un fattore che peggiora l'asma e i suoi sintomi.**

1. Cina 2015 Pocket guide 2. My Asthma Guide - National Asthma Council Australia [https://assets.nationalasthma.org.au/resources/My-asthma-guide\\_.pdf](https://assets.nationalasthma.org.au/resources/My-asthma-guide_.pdf)

3. Asthma and healthy living - National Asthma Council Australia

<https://www.nationalasthma.org.au/living-with-asthma/resources/patients-carers/brochures/asthma-healthy-living>

Campagna informativa realizzata da GlaxoSmithKline S.p.A. Il presente materiale non è promozionale di prodotto, non rivendica né esplicita caratteristiche terapeutiche di farmaci di GSK e come tale non ricade nell'ambito di applicazione del D.Lgs. 219/06. Le informazioni riportate non sostituiscono il parere del proprio medico di fiducia al quale ci si deve sempre rivolgere.