Quando la fava fa male

É tempo di fave, e la presenza di questo ortaggio negli esercizi ortofrutticoli viene segnalata con cartelli e **avvisi per tutelare quanti soffrono di favismo**.
Ma cos'è il favismo? Si tratta di una patologia congenita ed ereditaria, che **interessa il glucosio-6-fosfato deidrogenasi (G6pd), un enzima contenuto nei globuli rossi che comporta l'assoluta necessità di evitare l'assunzione soprattutto di fave, ma anche di altri alimenti** come piselli e verbena, alcuni farmaci come antipiretici, analgesici e sulfamidici e sostanze particolari come la naftalina.

Questa anomalia genetica viene trasmessa con il cromosoma X del sesso (i più colpiti sono i maschi) e le persone che ne soffrono hanno una carenza di G6pd, che entra nel metabolismo degli zuccheri e comporta la distruzione dei globuli rossi (si tratta di un enzima essenziale per il loro corretto funzionamento e per la loro sopravvivenza).
La conseguenza della carenza di G6pd è una crisi emolitica. Il disturbo compare in media nel giro di 12-72 ore con pallore, stanchezza, aumento della frequenza cardiaca, ittero, fino ad arrivare, in qualche caso, all'anemia emolitica acuta, che necessita di una trasfusione di sangue.

Il favismo non è ancora curabile e **attualmente l'unico trattamento consiste nella prevenzione delle crisi emolitiche**. Chi ne è affetto deve imparare a evitare i cibi e i farmaci che, notoriamente, sono in grado d'innescare una crisi emolitica.
Generalmente il favismo viene **diagnosticato in tenera età, ma può insorgere anche in età adulta**. Colpisce circa 400 milioni di soggetti al mondo, principalmente in Africa, Asia e bacino del Mediterraneo, tra cui Sardegna e Italia del Sud. La diffusione di tale difetto, noto fin dall'antichità come 'malattia delle fave' sembra faccia parte dell'evoluzione della specie umana come risposta immunitaria.

Nell’antica Grecia le fave venivano impiegate nelle elezioni politiche: per la votazione positiva si usava la fava bianca, mentre la nera indicava il voto negativo. Anche nelle tombe egiziane risalenti al 2.400 a.C. sono stati trovati resti di fave.