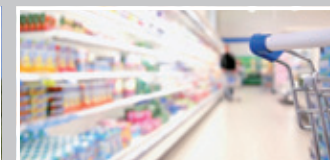
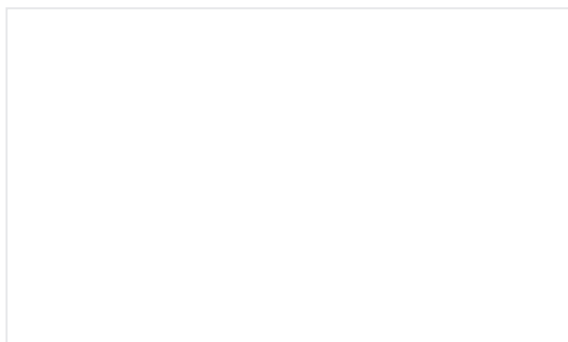




Siamo a vostra disposizione per approfondimenti





Mini test per intolleranze alimentari

Le intolleranze alimentari rappresentano una parte importante delle reazioni avverse del nostro organismo agli alimenti, esse possono condizionare sintomatologie croniche di difficile diagnostica.

Numerosi esperti nazionali ed internazionali hanno individuato che, le cause delle intolleranze alimentari, sono determinate da una reazione infiammatoria innescata da "allergie ritardate" ad alimenti ripetutamente ingeriti. Una concausa è sicuramente rappresentata da un'alterazione qualitativa e quantitativa della nostra flora intestinale.

I sintomi più comuni delle intolleranze verso gli alimenti sono rappresentati:

- Cefalea (mal di testa)
- Sintomi gastrointestinali
- Eruzioni cutanee
- Ritenzione idrica (dottore oggi mi sento gonfio?!).

I disturbi dell'apparato digerente: difficoltà digestive, gas intestinale, dolori, stipsi e diarrea, sono i primi a comparire, successivamente i disturbi dell'intero organismo compaiono con manifestazioni croniche di difficile terapia.

L'esperienza degli ultimi 20 anni ha evidenziato che si può diagnosticare l'intolleranza verso gli alimenti con un semplice test del sangue.

Questo tipo di test mette a contatto estratti alimentari con i globuli bianchi del nostro sangue, studiando le modificazioni infiammatorie di queste cellule al microscopio. Questa visione microscopica di reattività infiammatoria è dovuta all'alimento che crea intolleranza.

Tale esperienza ha attualmente permesso di semplificare l'analisi del sangue per le intolleranze alimentari. La nostra proposta è quella di cercare l'avversione del nostro organismo, non contro un numero notevole di alimenti (60-100), ma testando i nostri globuli bianchi contro un numero limitato di estratti rappresentato dalle grandi famiglie alimentari.

Scaturisce in questo modo un test delle intolleranze che indica al medico ed al paziente l'intolleranza contro grandi gruppi di sostanze alimentari.

I grandi gruppi alimentari di riferimento per la popolazione europea sono rappresentati da:

- frumento e cereali correlati
- latte e prodotti lattiero caseari
- uovo
- manzo
- caffè
- zucchero
- vegetali "comuni"
- lievito di birra

Questo test, che ricerca intolleranza contro questi grandi gruppi alimentari, semplifica non solo la diagnostica delle reazioni avverse agli alimenti, ma anche le indicazioni dietetiche che scaturiscono da un test semplificato per le intolleranze.

Il primo approccio dietetico che si ottiene da tale test semplificato è rappresentato da una "dieta di disintossicazione personalizzata".

Con questo test quindi si esegue in prima battuta una dieta "personalizzata" capace di escludere le grandi famiglie alimentari (latticini, lieviti ecc.) per un tempo limitato alle due o tre settimane.

Un approccio dietetico, così semplice e ridotto nel tempo, può dare, in molti pazienti, risultati positivi. Una corretta alimentazione determina il ritorno in breve ad uno stato di benessere.

Attraverso schemi semplici di alimentazione, possibili a tutti, si può riequilibrare il proprio rapporto con il cibo, migliorare l'efficienza del nostro sistema immunitario ed essere più sani.

