



LABORATORIO
VOLANTE

Test
Intolleranze
Alimentari

LE INTOLLERANZE ALIMENTARI

PERCHÈ FARE IL TEST

Le intolleranze alimentari possono causare sintomatologie croniche di difficile inquadramento. I sintomi più comuni delle intolleranze sono rappresentati da:

- Cefalea;
- eruzioni cutanee;
- ritenzione idrica;
- sintomi gastrointestinali.

I disturbi dell'apparato digerente sono i primi a comparire (difficoltà digestive, gas intestinale, dolori, stipsi e diarrea) e possono portare a sintomi cronici di difficile inquadramento.

DIFFERENZA TRA INTOLLERANZE ALIMENTARI E ALLERGIE ALIMENTARI

Le reazioni avverse al cibo sono condizioni che determinano una sofferenza dell'organismo in seguito all'ingestione di una determinata sostanza, la quale può provocare una:

Reazione tossica (intossicazione alimentare) dipendente dalla dose della sostanza ingerita dovuta a sostanze chimiche aggiuntive (additivi, insetticidi, fertilizzanti, metalli, antibiotici, ecc.) o a sostanze naturali presenti nell'alimento (es. micotossine) o a processi industriali di lavorazione e conservazione (es. botulino, stafilococco aureo ecc.);

Reazione non-tossica dipendente dalla suscettibilità individuale ad uno o più alimenti, e non dalla dose assunta (allergie ed intolleranze).

ALLERGIE ALIMENTARI

Sono reazioni del sistema immunitario dirette contro sostanze o componenti alimentari che innescano la produzione di immunoglobuline (Ig-E), e portano al rilascio di mediatori chimici che provocano una serie di reazioni (orticaria, dermatite atopica, nausea, prurito, gonfiore alle labbra, rinite, difficoltà respiratorie) più o meno gravi fino allo shock anafilattico.

INTOLLERANZE ALIMENTARI

Sono reazioni avverse al cibo provocanti sintomatologia simil allergia ma che sono generate da meccanismi differenti.

A loro volta si distinguono in: **Reazioni Ig-G mediate** e **Reazioni non Ig-G mediate**.

INTOLLERANZE ALIMENTARI NON Ig-G MEDIATE

Intolleranze enzimatiche determinate dall'incapacità per difetti congeniti, di

metabolizzare alcune sostanze presenti nell'organismo (intolleranza al glutine, lattosio, galattosio e fenilalanina).

Intolleranze farmacologiche

Intolleranze da additivi (la maggior parte dei disturbi provocati da queste intolleranze è guidata da meccanismi ancora non del tutto noti).

INTOLLERANZE ALIMENTARI Ig-G MEDIATE

In questa classe il sistema immunitario produce anticorpi della **classe Ig-G** diretti contro la sostanza alimentare. Succede questo perché vi è una maggiore permeabilità intestinale (sindrome dell'intestino permeabile) dovuta ad una iperacidità della flora intestinale associata ad una cattiva alimentazione, assunzione di farmaci, infezioni, alcool, nicotina, stress ed altri fattori che porta l'organismo a produrre alcuni anticorpi della classe delle Ig-G (sensibilizzazione) non riconoscendo alcune sostanze alimentari.

Questa risposta immunitaria si manifesta dopo un certo lasso di tempo (da diverse ore ad alcuni giorni dall'ingestione) portando al rilascio di mediatori chimici innescando una reazione infiammatoria che può in alcuni casi diventare cronica.

Le infiammazioni croniche possono manifestarsi in tutto il corpo, oltre che nel tratto gastrointestinale. I sintomi più frequenti sono: diarrea, stipsi, gonfiore, nausea, mal di stomaco, colon irritabile, emicrania, asma, incapacità a concentrarsi, disturbi cutanei e problemi di peso.

Ecco perché è importante avere a disposizione un test che ci permette di scoprire tali intolleranze.

Il **Laboratorio Volante** esegue il test per le intolleranze alimentari, l'unico test diagnostico con evidenze scientifiche, per il quale esistono dati in letteratura che ne stabiliscono, in casi specifici, l'efficacia. Questo test è utile solo se eseguito con tecniche opportune e controllate e se erogato a pazienti rigorosamente selezionati su base clinica. Si esegue su un campione di siero, il prelievo non richiede il digiuno e può essere eseguito su individui a partire dai 6 anni di età.

È un test multiparametrico con tecnica di immunoblot (unico sul mercato), che permette il dosaggio contemporaneo delle Ig-G dirette contro **108 alimenti**.

A differenza dei comuni kit che utilizzano la tecnica elisa, il test garantisce una maggiore specificità che riduce drasticamente la possibilità di cross-reazioni tra i diversi alimenti.



GLI ALIMENTI INDAGATI SONO 108:

Intolleranza al glutine e ai cereali: Orzo, Gliadina/glutine, Avena, Segale, Farro, Grano, Grano saraceno, Semi di lino, Mais, Miglio, Riso.

Intolleranza a carni bianche e rosse: Manzo, Pollo, Agnello, Maiale, Tacchino.

Intolleranza a ortaggi, tuberi, funghi e legumi: Patata, Pomodoro, Rapa, Zucchine, Carciofo, Asparago, Carota, Sedano, Spinaci, Mix funghi 1, Mix funghi 2, Lattuga, Songino, Fagiolino, Pisello, Melanzana, Barbabietola, Peperone dolce, Broccoli, Semi di soia, Cetriolo, Rafano, Porro, Oliva, Cipolla, Lenticchia, Fagiolo bianco.

Intolleranza a pesce e crostacei: Gamberetto di fiume, Salmone, Tonno, Vongola, Acciuga, Pesce spada, Trota, Sogliola, Merluzzo, Gamberetto.

Intolleranza alla frutta: Limone, Nectarina, Uva (bianca/nera), Mela, Albicocca, Banana, Ciliegia, Cocco, Kiwi, Arancia, Ananas, Fragola, Anguria, Pera, Prugna, Pompelmo, Pesca, Dattero.

Intolleranza alla frutta secca: Nocciola, Arachide, Pistacchio, Sesamo, Semi di girasole, Noce, Mandorla, Anacardo.

Intolleranza alle spezie: Pepe (nero/bianco), Cannella, Timo, Cavolo rosso, Noce moscata, Origano, Prezzemolo, Menta piperita, Seme di papavero, Rosmarino, Vaniglia, Fava di cacao, Aglio, Semi di senape, Peperoncino, Basilico.

Intolleranza al lattosio: Latte di capra, Latte di pecora, Latte di mucca, Yogurt, Formaggio di pecora, Formaggio di capra.

Intolleranza all'uovo: Tuorlo d'uovo, Albume.

Intolleranza al lievito: Lievito di birra, Lievito madre.

Intolleranza al miele: Miele.

Intolleranza a caffeina e teina: Caffè, Tè nero.

*Il referto esprime diversi gradi di intolleranza agli specifici alimenti oggetto dell'indagine, e aiuta a mettere in atto le giuste correzioni alimentari per poter ritrovare rapidamente uno stato di benessere. Si consiglia sempre di affidarsi al proprio specialista di fiducia per la corretta interpretazione del referto e per la determinazione di una dieta adeguata sulla base dei risultati del test. Ogni risultato ottenuto con questo test, deve essere verificato e confermato mediante una dieta di eliminazione seguita da un test di provocazione (reintroduzione dell'alimento per conferma).

LABORATORIO
VOLANTE

Ci prendiamo cura di te

