

3.3 FOOD INTOLERANCE TEST (F.I.T.)

CODICE ANALISI MINSAN	CODICE ANALISI NATRIX	NOME DEL TEST	PARAMETRI TESTATI	TEMPI REFERTAZIONE
980919930	00000201	ANALISI FIT 46 CAPILLARE C	IgG 46 ALIMENTI (VEDI PDF PER ELENCO COMPLETO)	7 GIORNI LAVORATIVI
980919942	00000006	ANALISI FIT 92 CAPILLARE C	IgG 92 ALIMENTI (VEDI PDF PER ELENCO COMPLETO)	7 GIORNI LAVORATIVI
980919967	00000101	ANALISI FIT 184 CAPILLARE C	IgG 184 ALIMENTI (VEDI PDF PER ELENCO COMPLETO)	7 GIORNI LAVORATIVI

KIT DI PRELIEVO E TRASPORTO PER ESEGUIRE IL TEST:

CODICE MINSAN KIT	CODICE NATRIX KIT	NOME DEL KIT
934560311	60900000	KIT AREA IMMUNOLOGICA BLU - CAPILLARE SECCO

COS'È E A COSA SERVE

Il **Food Intolerance Test** (test per le **intolleranze alimentari**) permette di individuare quali sono le proteine alimentari contro le quali l'organismo ha reazioni avverse.

Viene effettuato mediante la **metodica ELISA**, che è caratterizzata da un alto grado di ripetibilità, un'**affidabilità di oltre il 95%** ed è approvata dalla comunità scientifica.

È disponibile nelle versioni da **46, 92 e 184 alimenti**.

Il **Food Intolerance Test** di **NatrixLab** comprende, oltre ai risultati analitici, anche i **consigli di trattamento nutrizionali personalizzati** per intraprendere il **percorso di recupero della tolleranza**.

ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI?

INTOLLERANZA ALIMENTARE	ALLERGIA
Reazione tardiva (48-72 ore).	Reazione immediata (2-24 ore).
Dose dipendente.	Non dose dipendente
Sintomi aspecifici , blandi ma persistenti, spesso confusi con altre problematiche.	Sintomi gravi che vanno da reazioni cutanee fino allo shock anafilattico.
Diagnosi Food Intolerance Test .	Diagnosi IgE tot e specifiche .
Rimedio: protocollo alimentare specifico per il recupero della tolleranza.	Rimedio: eliminazione totale dell'alimento interessato dalla dieta.

Il paziente tende **spesso a confondere le allergie con le reazioni avverse agli alimenti**: nonostante la causa possa sembrare simile, in realtà si tratta di **concetti molto diversi**.

L'**allergia** è una risposta del sistema immunitario ad antigeni, alimentari e non, mediata da anticorpi specifici di tipo IgE, che scatena il rilascio di mediatori chimici quali istamina e prostaglandine. La reazione è immediata e non dipende dalla quantità dell'antigene. L'**intolleranza**, o meglio reazione avversa agli alimenti, è causata da un eccessivo contatto delle proteine di alcune sostanze con il sistema immunitario, che scatena una risposta tardiva, di accumulo e mediata da anticorpi IgG. Questa risposta può, se protratta nel tempo, causare un'inflammatione di basso grado ma persistente in grado di alterare la permeabilità intestinale.

A CHI PROPORRE IL TEST

Il **Food Intolerance Test** è rivolto in generale a chiunque desideri intraprendere uno stile alimentare più corretto, che tenga cioè conto degli alimenti non tollerati, oppure in presenza di:

- Sintomi generali: stanchezza, ritenzione idrica, borse oculari, sonnolenza postprandiale, alitosi, aumento della sudorazione;
- Sistema nervoso: cefalea, ansia, depressione, irritabilità, scarsa memoria, difficoltà di concentrazione, vertigini;
- Apparato respiratorio: difficoltà di respirazione, asma, tosse, rinite allergica, sinusite;
- Apparato cardiocircolatorio: alterazioni della pressione arteriosa, palpitazioni, extrasistoli;
- Apparato gastro-enterico: gonfiore, senso di nausea, dolori e crampi addominali, disturbi dell'alvo (diarrea, stitichezza), aerofagia;
- Apparato urogenitale: cistiti, infiammazioni urogenitali, sindrome premestruale;
- Apparato muscolo-scheletrico: crampi, tremori muscolari, debolezza muscolare, dolori articolari, infiammazioni muscolo-tendinee;
- Epidermide: prurito locale e generalizzato, acne, eczema, dermatiti.

N.B. Il **Food Intolerance Test** è consigliabile ai pazienti di età superiore ai 6 anni, ovvero quando il sistema immunitario è completamente formato.

ELENCO ALIMENTI TESTATI

- | | | |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 1. Acciuga ● 2. Aglio ● 3. Agnello ● 4. Albicocca 5. Alloro 6. Amaranto 7. Anacardi ● 8. Ananas 9. Anatra ● 10. Aneto 11. Anice ● 12. Arachidi ● 13. Arancia ● 14. Aringa 15. Asparagi ● 16. Aspergillus niger 17. Astice, Granchio ● 18. Avena 19. Avocado ● 20. Banana ● 21. Basilico ● 22. Bianco d'uovo 23. Bietola 24. Branzino, Orata ● 25. Broccoli ● 26. Cacao ● 27. Caffè 28. Camomilla 29. Canna da zucchero ● 30. Cannella 31. Capperi 32. Capriolo 33. Carciofo ● 34. Carota 35. Carruba 36. Cavallo ● 37. Cavolfiore ● 38. Cavolo cappuccio 39. Cavolo di Bruxelles 40. Cavolo rapa 41. Cavolo verde ● 42. Ceci ● 43. Cetriolo 44. Cicoria ● 45. Ciliegia ● 46. Cipolla, Scalogno ● 47. Cocomero 48. Coda di rospo ● 49. Coniglio 50. Coriandolo 51. Cumino 52. Curry 53. Dattero 54. Erba cipollina ● 55. Fagiolino verde ● 56. Fagiolo 57. Farro ● 58. Fave ● 59. Fico 60. Finocchio 61. Formaggi freschi 62. Formaggio camembert | <ul style="list-style-type: none"> 63. Formaggio Emmenthal 64. Formaggio fuso (sottilette) ● 65. Fragola ● 66. Frumento ● 67. Funghi commestibili ● 68. Gamberi ● 69. Garofano 70. Glutammato/dado 71. Gorgonzola 72. Grano saraceno 73. Halibut ● 74. Indivia 75. Kamut ● 76. Kiwi 77. Lampone 78. Latte acido ● 79. Latte di capra ● 80. Latte vaccino ● 81. Lattuga ● 82. Lenticchie ● 83. Lievito di birra ● 84. Limone 85. Liquirizia ● 86. Luppolo 87. Maggiorana ● 88. Mais 89. Malto d'orzo 90. Malva ● 91. Mandarino ● 92. Mandorla 93. Mango ● 94. Manzo 95. Marrone, Castagna ● 96. Mela ● 97. Melanzana 98. Melone bianco ● 99. Melone giallo 100. Menta ● 101. Merluzzo, Nasello ● 102. Miele 103. Miglio 104. Mirtillo nero ● 105. Misto di lieviti naturali 106. Mora 107. Mozzarella 108. Mozzarella di bufala ● 109. Nocciole ● 110. Noce 111. Noce di cocco 112. Noce moscata 113. Noce Parà ● 114. Oliva ● 115. Origano 116. Ortica ● 117. Orzo 118. Papaia 119. Paprica ● 120. Parmigiano-Reggiano ● 121. Patata ● 122. Pecorino ● 123. Pepe 124. Peperoncino | <ul style="list-style-type: none"> ● 125. Peperone ● 126. Pera ● 127. Pesca 128. Pesca noce 129. Pesce spada 130. Pinoli ● 131. Piselli ● 132. Pistacchio 133. Platessa, Sogliola ● 134. Pollo ● 135. Pomodoro ● 136. Pompelmo ● 137. Porro ● 138. Prezzemolo ● 139. Prugna 140. Quinoa 141. Radicchio 142. Rafano bianco ● 143. Rapa rossa 144. Ravanello 145. Ribes ● 146. Riso 147. Rombo 148. Rosmarino 149. Rucola 150. Salmone 151. Salvia ● 152. Sardina 153. Scarola ● 154. Sedano ● 155. Segale ● 156. Seme di girasole 157. Seme di lino 158. Semi di Cola ● 159. Senape 160. Seppia, Polpo, Calamaro ● 161. Sesamo ● 162. Sgombro ● 163. Soia ● 164. Spinaci 165. Struzzo ● 166. Suino 167. Tacchino ● 168. Tarassaco ● 169. Tè nero, Tè verde 170. Tiglio 171. Timo ● 172. Tonno 173. Trota ● 174. Tuorlo d'uovo ● 175. Uva rossa, bianca, nera 176. Valeriana ● 177. Vaniglia 178. Vitello ● 179. Vongole, Cozze, Ostriche ● 180. Yogurt 181. Zafferano 182. Zenzero 183. Zucca ● 184. Zucchine |
|---|---|--|

3.4 FOOD INTOLERANCE TEST (LATTO-OVO-VEGETARIANO)

CODICE ANALISI MINSAN	CODICE ANALISI NATRIX	NOME DEL TEST	PARAMETRI TESTATI	TEMPI REFERTAZIONE
980919955	00000008	ANALISI FIT 92 VEGETARIANO CAPILLARE C	IgG 92 ALIMENTI L.O.V. (LATTO-OVO-VEGETARIANO) (VEDI PDF PER ELENCO COMPLETO)	7 GIORNI LAVORATIVI

KIT DI PRELIEVO E TRASPORTO PER ESEGUIRE IL TEST:

CODICE MINSAN KIT	CODICE NATRIX KIT	NOME DEL KIT
934560311	60900000	KIT AREA IMMUNOLOGICA BLU - CAPILLARE SECCO

COS'È E A COSA SERVE

Un **regime alimentare vegetariano**, che esclude l'assunzione di **animali** o di prodotti contenenti proteine di origine animale, **non mette al riparo** dalle intolleranze alimentari.

A questo proposito **NatrixLab** ha messo a punto una versione del **Food Intolerance Test** dedicata a chi segue un regime alimentare **latto-ovo-vegetariano**, che va a testare le intolleranze nei confronti delle proteine contenute in 92 alimenti fra cereali, verdura, frutta, legumi, semi, frutta secca, latticini, uova.

ELENCO ALIMENTI TESTATI

- | | | | |
|-----------------------|-------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| 1. Acero | 24. Fagioli borlotti | 47. Mandorle | 70. Pomodoro |
| 2. Agave | 25. Fagioli cannellini | 48. Mela | 71. Quinoa |
| 3. Amaranto | 26. Fagioli neri | 49. Melanzana | 72. Radicchio |
| 4. Ananas | 27. Fagiolino verde | 50. Melone Bianco | 73. Riso integrale |
| 5. Arachidi | 28. Farro | 51. Miele | 74. Rucola |
| 6. Arame | 29. Formaggi freschi | 52. Miglio | 75. Sedano |
| 7. Arancia | 30. Fragola | 53. Miso | 76. Segale |
| 8. Avena | 31. Frumento | 54. Misto di lieviti naturali | 77. Seitan |
| 9. Avocado | 32. Funghi commestibili | 55. Mozzarella | 78. Semi di girasole |
| 10. Banana | 33. Grano saraceno | 56. Mozzarella di bufala | 79. Semi di lino |
| 11. Bianco d'uovo | 34. Kiwi | 57. Nocciole | 80. Sesamo |
| 12. Broccoli | 35. Kombu | 58. Noce | 81. Shoyu |
| 13. Cacao | 36. Latte di avena | 59. Nori | 82. Soia gialla |
| 14. Cachi | 37. Latte di capra | 60. Orzo | 83. Soia verde |
| 15. Caffè | 38. Latte di mandorle | 61. Parmigiano-Reggiano | 84. Spinaci |
| 16. Carciofo | 39. Latte di riso | 62. Patata | 85. Tè nero, Tè verde |
| 17. Carota | 40. Latte di soia | 63. Pecorino | 86. Tofu |
| 18. Cavolfiore | 41. Latte vaccino | 64. Peperone | 87. Tuorlo d'uovo |
| 19. Ceci | 42. Lattuga | 65. Pera | 88. Uva rossa, bianca, ne |
| 20. Cetriolo | 43. Lenticchie | 66. Pesca | 89. Wakame |
| 21. Cipolla, Scalogno | 44. Lievito madre | 67. Pinoli | 90. Yogurt |
| 22. Dattero | 45. Lupini | 68. Piselli | 91. Zucca |
| 23. Dulse | 46. Mais | 69. Pistacchi | 92. Zucchine |