

## LISTA DEGLI ALIMENTI TESTATI NEL F.I.T. (184-92-46-92 L.O.V.)

- |                                   |                              |                                  |
|-----------------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| 1. Accluga                        | 71. Fico                     | 141. Pera                        |
| 2. Acero                          | 72. Finocchio                | 142. Pesca                       |
| 3. Agave                          | 73. Fragola                  | 143. Pesca noce                  |
| 4. Aglio                          | 74. Funghi commestibili      | 144. Pesce spada                 |
| 5. Agnello                        | 75. Gamberi                  | 145. Pinali                      |
| 6. Albicocca                      | 76. Garofano                 | 146. Piselli                     |
| 7. Alloro                         | 77. Gorgonzola               | 147. Pistacchio                  |
| 8. Amarantho                      | 78. Grano duro. Kamut        | 148. Platessa, Sogliola          |
| 9. Anacardi                       | 79. Grano saraceno           | 149. Pollo                       |
| 10. Ananas                        | 80. Grano tenero             | 150. Pomodoro                    |
| 11. Anatra                        | 81. Halibut                  | 151. Pompelmo                    |
| 12. Anelo                         | 82. Indivia                  | 152. Porro                       |
| 13. Anice                         | 83. Kefir (Latte fermentato) | 153. Prezzemolo                  |
| 14. Arachidi                      | 84. Kiwi                     | 154. Prugna                      |
| 15. Arame                         | 85. Kombu                    | 155. Quinoa                      |
| 16. Arancia                       | 86. Lampone                  | 156. Radicchio                   |
| 17. Aringa                        | 87. Latte di avena           | 157. Rafano bianco               |
| 18. Asparagi                      | 88. Latte di capra           | 158. Rapa rossa                  |
| 19. Aspergillus niger             | 89. Latte di mandorle        | 159. Ravanello                   |
| 20. Astice. Granchio              | 90. Latte di riso            | 160. Ribes                       |
| 21. Avena                         | 91. Latte di soia            | 161. Riso                        |
| 22. Avocado                       | 92. Latte vaccino            | 162. Riso integrale              |
| 23. Banana                        | 93. Lattuga                  | 163. Rombò                       |
| 24. Basilico                      | 94. Lenticchie               | 164. Rosmarino                   |
| 25. Bianco d'uovo                 | 95. Lievito di birra         | 165. Rucola                      |
| 26. Bietola                       | 96. Lievito madre            | 166. Salmone                     |
| 27. Branzino, Orata               | 97. Limone                   | 167. Salsiccia                   |
| 28. Broccoli                      | 98. Liquirizia               | 168. Sardina                     |
| 29. Cacao                         | 99. Lupini                   | 169. Scarola                     |
| 30. Cachi                         | 100. Luppulo                 | 170. Sedano                      |
| 31. Caffè                         | 101. Maggiorana              | 171. Segale                      |
| 32. Camembert                     | 102. Mais                    | 172. Seitan                      |
| 33. Camomilla                     | 103. Malto d'orzo            | 173. Seme di girasole            |
| 34. Canna da zucchero             | 104. Malva                   | 174. Seme di lino                |
| 35. Cannella                      | 105. Mandarino               | 175. Semi di Cola                |
| 36. Capperò                       | 106. Mandorla                | 176. Senape                      |
| 37. Capirolo                      | 107. Mango                   | 177. Seppia, Polpo, Calamare     |
| 38. Carciofo                      | 108. Manzo                   | 178. Sesamo                      |
| 39. Carota                        | 109. Marrone. Castagna       | 179. Sgombro                     |
| 40. Carruba                       | 110. Mela                    | 180. Shoyu                       |
| 41. Cavallo                       | 111. Melanzana               | 181. Sola                        |
| 42. Cavolfiore                    | 112. Melone bianco           | 182. Sola gialla                 |
| 43. Cavolo cappuccio              | 113. Melone giallo           | 183. Sola verde                  |
| 44. Cavolo di Bruxelles           | 114. Menta                   | 184. Soffilette (Formaggio fuso) |
| 45. Cavolo rapa                   | 115. Merluzzo, Nasello       | 185. Spinaci                     |
| 46. Cavolo verde                  | 116. Miele                   | 186. Struzzo                     |
| 47. Ceci                          | 117. Miglio                  | 187. Suino                       |
| 48. Cerosa, Crescenza, Stracchino | 118. Mirafillo nero          | 188. Tacchino                    |
| 49. Cetriolo                      | 119. Miso                    | 189. Tarassaco                   |
| 50. Cicoria                       | 120. Mora                    | 190. Tè nero, Tè verde           |
| 51. Ciliegia                      | 121. Mozzarella              | 191. Tiglio                      |
| 52. Cipolla, Scalogno             | 122. Mozzarella di bufala    | 192. Timo                        |
| 53. Cocomero                      | 123. Nocciòle                | 193. Tofu                        |
| 54. Coda di rospo                 | 124. Noce                    | 194. Tonno                       |
| 55. Coniglio                      | 125. Noce di cocco           | 195. Trota                       |
| 56. Coriandolo                    | 126. Noce moscata            | 196. Tuorlo d'uovo               |
| 57. Cumino                        | 127. Noce Parà               | 197. Uva rossa, bianca, nera     |
| 58. Curry                         | 128. Noi                     | 198. Valeriana                   |
| 59. Dado da brodo (Glutammato)    | 129. Oliva                   | 199. Vaniglia                    |
| 60. Dattero                       | 130. Origano                 | 200. Vitello                     |
| 61. Dulce                         | 131. Orfica                  | 201. Vongole, Cozze, Ostriche    |
| 62. Emmenthal                     | 132. Orzo                    | 202. Wakame                      |
| 63. Erba cipollina                | 133. Papaia                  | 203. Yogurt                      |
| 64. Fagioli borlotti              | 134. Paprica                 | 204. Zafferano                   |
| 65. Fagioli cannellini            | 135. Parmigiano-Reggiano     | 205. Zenzero                     |
| 66. Fagioli neri                  | 136. Patata                  | 206. Zucca                       |
| 67. Fagiolino verde               | 137. Pecorino                | 207. Zucchini                    |
| 68. Fagiolo                       | 138. Pepe                    |                                  |
| 69. Faino                         | 139. Peperoncino             |                                  |
| 70. Fave                          | 140. Peperone                |                                  |

FIT 184 FIT 46  
FIT 92 FIT 92 (L.O.V.)

Nella sua città può rivolgersi a:

FARMACIA  
**MARCHI ANGELO e FIGLI s.n.c.**  
Via Quattro Martiri n. 78 - Tel. (0444) 671489  
36071 ARZIGNANO (VI) - R.I. VI  
Cod. Fisc. e Part. IVA 02294260241  
C.C.I.A.A. VI 220403 Reg. Soc. Trib. VI 28117

ALTRI TEST DIAGNOSTICI EFFETTUATI DA NATRIXLAB:

- **GLUTEN SENSITIVITY TEST:** valutazione della sensibilità al glutine non celiaca.
- **CELIAC TEST:** valutazione immunitaria della positività al morbo celiaco.
- **IN FLORA SCAN:** il pannello più approfondito di valutazione del benessere intestinale.
- **HORMONAL PROFILES:** profilo dimagrimento, stress, sport, buona notte, donna fertile, donna menopausa, uomo.
- **CELLULAR AGING FACTORS:** valutazione dell'invecchiamento cellulare (ossidazione, metilazione, glicazione, infiammazione).
- **LIPIDOMIC PROFILE:** valutazione del profilo lipidomico di membrana.
- **MINERAL EVO:** valutazione approfondita di minerali nutrizionali e metalli pesanti.

Tele  
**nutrizione**

IL TUO NUTRIZIONISTA  
SEMPRE CON TE

Dopo aver effettuato l'analisi è possibile richiedere uno specifico programma alimentare attraverso il servizio di telemedicina denominato "Tele nutrizione". Una équipe di medici e specialisti della nutrizione potrà assistere i pazienti durante il percorso alimentare. Per ulteriori informazioni visitare il sito:

[www.telenutrizione.it](http://www.telenutrizione.it)

Per ulteriori informazioni potete contattarci dal lunedì al venerdì dalle 09:00 alle 13:00 e dalle 14:00 alle 18:00 al numero (+39 0522 232606).



NATRIX s.r.l.u.

Via Cavallotti, 16 - 42122 Reggio Emilia - Italy (IT)  
Tel: +39 0522 232606 - Fax: +39 0522 506136  
E-mail: info@natrixlab.it

[www.natrixlab.it](http://www.natrixlab.it)



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

Valutazione immunitaria  
degli antigeni alimentari

IMMUNOLOGIA



Il "Food Intolerance Test" è una prova allergometrica che consente, attraverso un prelievo di sangue, di individuare quali sono i cibi che scatenano reazioni avverse nell'organismo.

Viene effettuato mediante la metodica **ELISA**, ed è disponibile nelle versioni da **46, 92 e 184** alimenti, oltre che nella nuova versione da **92** alimenti **Latto-Ovo-Vegetariana (L.O.V.)**.

È possibile ottenere un rapido e netto miglioramento della sintomatologia mediante una dieta ad eliminazione condotta con la necessaria supervisione di un esperto.

"Fa' che il cibo sia la tua principale medicina"  
Ippocrate

Anche tra i cibi quotidiani, in apparenza graditi e innocui, si possono nascondere alimenti verso i quali il nostro corpo ha sviluppato reazioni avverse, anche dette impropriamente **'intolleranze alimentari'**.

Si tratta di **reazioni dose dipendenti** (proporzionali alla quantità di alimento introdotto), i cui sintomi sono legati all'accumulo di sostanze non tollerate dall'organismo, che compaiono con un certo ritardo rispetto all'assunzione del cibo: per questo non è possibile collegare cause e effetti in modo semplice e univoco.

### ALLERGIA O INTOLLERANZA?

Molto spesso si tende 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.

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

### I SINTOMI DELLE REAZIONI AVVERSE AGLI ALIMENTI

I disturbi associati alle reazioni avverse agli alimenti sono molteplici:

- **SINTOMI GENERALI:** stanchezza cronica, sonnolenza, ritenzione idrica, aumento della sudorazione, sovrappeso.
- **APPARATO GASTRO-ENTERICO:** difficoltà digestive, gonfiore addominale, senso di nausea, dolore e crampi addominali, iperacidità gastrica, gastrite, ulcera gastro duodenale, colite, diarrea, stitichezza, flatulenza, eruttazione, aerofagia, emorroidi.
- **APPARATO CUTANEO:** orticaria, acne, eczema, dermatite, psoriasi, cellulite.
- **SISTEMA NERVOSO:** cefalea, emicrania, alterazione dell'equilibrio, ansia, irritabilità, torpore mentale, scarsa memoria, difficoltà di concentrazione.
- **APPARATO RESPIRATORIO:** difficoltà respiratoria, asma, tosse, raucedine, eccesso di muco, rino faringite, sinusite, bronchite ricorrente.
- **SISTEMA CARDIO-CIRCOLATORIO:** alterazione della pressione arteriosa, palpitazioni, extrasistole.
- **APPARATO URO-GENITALE:** disturbi della libido, infiammazioni uro genitali.
- **SISTEMA MUSCOLO-ARTICOLARE:** crampi, spasmi, tremori muscolari, debolezza muscolare, dolori articolari e muscolari, infiammazioni muscolo tendinee.

L'eliminazione dalla dieta degli alimenti risultati positivi al test comporta un netto miglioramento delle condizioni di salute, e nella pratica i risultati ottenuti consentono la correzione di abitudini alimentari scorrette.

### SCOPRI IL NUOVO FOOD INTOLERANCE TEST LATTO-OVO-VEGETARIANO

Un **regime alimentare vegetariano** 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.

### RECUPERO DELLA TOLLERANZA

Una volta individuate le cause, dalle intolleranze alimentari si può guarire!

**NatrixLab**, in anni di ricerca e di attività, ha elaborato protocolli esclusivi per il **recupero della tolleranza alimentare**: vanno ad agire sulla memoria immunologica dell'organismo mediante percorsi di desensibilizzazione, sino all'eliminazione delle intolleranze, con un quadro chiaro sul limite massimo e sulle frequenze di assunzione dei vari alimenti.

È bene intraprendere un **percorso nutrizionale** di questo tipo sotto il controllo di uno specialista, in quanto da un lato occorrono le competenze per stabilire i tempi di eliminazione degli alimenti e la loro graduale reintroduzione; dall'altro bisogna evitare di ingenerare squilibri dal punto di vista dei macronutrienti.

Il risultato sarà non solo il **recupero della tolleranza**, ma anche **aver imparato a mangiare in modo corretto**, con ricadute positive sullo stato di salute generale dell'organismo.



**Tele**  
**nutrizione**  
IL TUO NUTRIZIONISTA  
SEMPRE CON TE

