

## COME SI CURA?

L'unico **trattamento efficace** per alleviare o migliorare i sintomi di questa sensibilità consiste nel seguire un protocollo dietetico.

**Natrixlab** da più di un decennio studia le problematiche legate all'infiammazione da cibo e ha messo a punto protocolli di recupero della tolleranza ormai collaudati.

### FASI PROTOCOLLO DIETETICO NATRIX



#### • Step 1 - REMISSIONE

Fase che permette una graduale remissione dei sintomi.

#### • Step 2 - ADATTAMENTO

Fase in cui si assiste ad una riduzione dei parametri umorali.

#### • Step 3 - SVEZZAMENTO

Fase di valutazione e recupero della tolleranza.

#### • Step 4 - MANTENIMENTO

Fase di prevenzione dell'insorgenza di nuove intolleranze.

Il servizio di **Telenutrizione** consente al paziente di essere **seguito passo dopo passo** nei vari step del percorso da un'equipe di medici e nutrizionisti ed educato ad una sana e corretta alimentazione, in modo da prendere coscienza che il cibo può e deve essere visto come alleato e non come nemico.

Un'alimentazione corretta non solo permette la **scomparsa** dei disturbi avvertiti in tempi rapidi (già nel primo mese si assiste alla regressione della sintomatologia), ma **previene** anche lo sviluppo di altre allergie o sensibilità o il possibile instaurarsi della vera e propria malattia celiaca.

Nella sua città può rivolgersi a:

#### ALTRI TEST DIAGNOSTICI EFFETTUATI DA NATRIXLAB:

- **FOOD INTOLERANCE TEST:** valutazione delle intolleranze alimentari IgG-mediate, metodo ELISA.
- **CELIAC TEST:** Valutazione immunitaria della positività al morbo celiaco.
- **HORMONAL PROFILES:** dimagrimento, stress, sport, buonanotte, donna fertile, donna menopausa, uomo.
- **CELLULAR AGING FACTORS:** valutazione dell'invecchiamento cellulare (ossidazione, metilazione, glicazione, infiammazione).
- **LIPIDOMIC PROFILE:** valutazione del profilo lipidomico plasmatico e di membrana.
- **IN FLORA SCAN:** il pannello più approfondito di valutazione del benessere intestinale.
- **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 "Telenutrizione". 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](mailto:info@natrixlab.it)

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



## GLUTEN SENSITIVITY TEST (G.S.T.)

### Valutazione della sensibilità al glutine

La **sensibilità al glutine** è una condizione complessa e difficilmente indagabile.

Non si tratta di celiachia, non si tratta di allergia al frumento, ma lo stesso i sintomi si presentano, puntuali, ogni volta che si assume un cereale contenente glutine.

Incidenza delle patologie indotte dal glutine:

- Celiachia: 1%
- Allergia al frumento: 0,4-2%
- **Sensibilità al glutine: 6-8%**

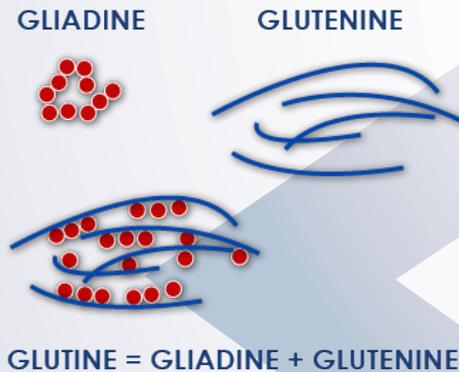
**Quando non sai come fare ad avere una prova oggettiva del tuo malessere, richiedi il "Gluten Sensitivity Test".**

## COS'È LA SENSIBILITÀ AL GLUTINE?

La **sensibilità al glutine** è una condizione cronica che comporta la comparsa di **anticorpi anti-gliadina** (IgA e IgG anti-AGA). La gliadina è una molecola presente nel **glutine**, complesso proteico contenuto in **frumento, farro, segale, kamut®, orzo** e altri cereali.

Il glutine si trova in pane, pasta, biscotti, pizza e in ogni altro prodotto contenente i cereali sopra indicati. Esso è una sostanza collosa usata anche nell'industria alimentare moderna perché aumenta l'elasticità e la consistenza del prodotto finale, favorisce la lievitazione e la panificazione. Viene usato come ingrediente anche in salse, zuppe, preparati precotti e come addensante nelle formulazioni di alcuni farmaci.

Tra i cereali che non contengono glutine ci sono il **mais**, il **riso**, il **miglio**, l'**amaranto**, la **quinoa**, il **grano saraceno**, il **sorgo**.



I soggetti che soffrono di disturbi intestinali ed extra-intestinali legati all'assunzione di glutine, e che non sono né celiaci né allergici al frumento, vengono ad oggi diagnosticati con una diagnosi di "**Gluten Sensitivity non celiaca**".

Spesso la sensibilità al glutine si verifica nei soggetti che soffrono di colon irritabile e di infiammazioni intestinali, poiché più facilmente il cibo non completamente digerito entra in contatto con l'immunità e scatena una risposta infiammatoria.

### COSA PROVOCA E COME SI MANIFESTA?

A differenza della celiachia, in cui l'ingestione di glutine provoca il danneggiamento della mucosa intestinale con conseguente malassorbimento, nella sensibilità al glutine la sintomatologia è più riconducibile a quella data dalle reazioni avverse agli alimenti, le cosiddette "**allergie ritardate**", o più conosciute ma impropriamente definite "**intolleranze alimentari**". La reazione è, anche in questo caso, dose dipendente.

I **SINTOMI INTESTINALI** più diffusi sono:

- stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione e sonnolenza;
- difficoltà digestive, gonfiore addominale, senso di nausea, dolore e crampi addominali;
- iperacidità gastrica, gastrite;
- diarrea, stitichezza, irregolarità intestinale;
- flatulenza, aerofagia.

I **SINTOMI EXTRAINTESTINALI** più diffusi sono:

- orticaria, acne, dermatite;
- cefalea, emicrania;
- asma, tosse, raucedine, eccesso di muco;
- alterazione della pressione arteriosa, palpitazioni;
- disturbi della libido, infiammazioni uro-genitali;
- crampi, tremori muscolari, debolezza muscolare, dolori articolari e muscolari.

È molto importante eseguire controlli periodici e monitorare i sintomi.

### COME SI VALUTA LA SENSIBILITÀ AL GLUTINE?

Il "**Gluten Sensitivity Test**" utilizza la metodica standardizzata **ELISA** che offre un alto grado di sensibilità e specificità per i marcatori di sensibilità al glutine presi in analisi.

Gli esami specifici effettuati sono la valutazione della presenza di anticorpi:

- **IgA totali**;
- **IgA o IgG Anti-Transglutaminasi** per escludere la possibile diagnosi di celiachia;
- **IgA e IgG Anti-Gliadina** per confermare la possibile sensibilità al glutine.

### L'IMPORTANZA DELLA PREVENZIONE

Le reazioni avverse agli alimenti contenenti glutine sono sempre più presenti e frequenti nella società occidentale, poiché le abitudini alimentari sono rivolte all'acquisto di cibi pronti, preconfezionati e industriali, o alla scelta di pasti veloci e facili da cucinare.

Facilmente sulle nostre tavole ritroviamo il frumento almeno 3 volte al giorno. È evidente che un'alimentazione non varia e non bilanciata può portare alla comparsa di reazioni avverse al frumento e ad altri cereali contenenti glutine, oppure ad una forma di sensibilità al glutine riscontrabile solo con l'analisi della presenza di anticorpi contro la gliadina.

Lo sviluppo di test di questo tipo ha permesso negli ultimi anni di individuare soggetti con una maggiore sensibilità al glutine che altrimenti sarebbero rimasti non diagnosticati e soggetti a rischio di sviluppare celiachia.