

# TEST INTOLLERANZE ALIMENTARI

Dieta Mediterranea



Nella nostra dieta abituale possono essere inclusi cibi, graditi e normalmente innocui, verso i quali il nostro corpo ha sviluppato intolleranze ovvero reazioni del sistema immunitario che compaiono con un certo ritardo rispetto all'assunzione del cibo poiché dipendono dall'accumulo (dose dipendente) di sostanze non tollerate dall'organismo. Il ritardo tra assunzione e reazione rende più complicato individuare la connessione tra cause ed effetti e conseguentemente quale dei cibi assunti ci crea disturbo. La presenza di uno o più di questi sintomi: stanchezza, ritenzione idrica, borse oculari, sonnolenza postprandiale, alitosi, aumento della sudorazione, cefalea, ansia, depressione, irritabilità, difficoltà di concentrazione, asma, tosse, rinite allergica, sinusite, gonfiore, senso di nausea, dolori e crampi addominali, disturbi dell'alvo (diarrea, stitichezza), aerofagia, acne, eczema, dermatiti, può essere generato dalle reazioni del sistema immunitario ai cibi ingeriti.

Il **Food Intolerance Test** può essere lo strumento attraverso il quale identificare gli alimenti che generano reazioni immunitarie e aiutarci a modificare le abitudini alimentari disegnando una dieta sulle risposte specifiche del proprio organismo, sia per eliminare i sintomi derivanti dall'intolleranza dell'organismo sia per bilanciare al meglio la dieta e trovare il punto di equilibrio per il benessere fisico.

Il test intolleranze alimentari viene effettuato mediante analisi su un campione di sangue attraverso l'immunodosaggio delle IgG specifiche in risposta all'infiammazione generata dall'ingestione di alimenti riconosciuti dal nostro organismo come allergeni.

Il risultato del test fornirà per ogni specifico alimento il grado di tollerabilità in funzione di una semplice scala di riferimento. Inoltre verranno indicati quali alimenti è suggerito limitare e per quanto tempo e con quali alimenti alternativi poterli sostituire per una dieta bilanciata.

## → Prenotazione e pagamento:

Accedere al servizio è semplice, puoi prenotare presso i Punti Prelievi di PTP o convenzionati il giorno del test all'atto del pagamento del servizio. Un operatore sarà a tua disposizione per individuare ora e data dell'appuntamento in relazione alle tue esigenze.

## → Prelievo:

Il giorno designato, dovrai presentarti presso i **Punti Prelievi di PTP o convenzionati**, dove verrai accolto da un operatore che effettuerà il prelievo.

## → Ritiro referto:

Una volta pronto il referto potrai ritirarlo presso i Punti Prelievi di PTP o convenzionati ed insieme allo specialista valutare quanto emerso dal test e le migliori strategie per il tuo benessere.

## → Dettagli sul test:

L'elenco degli alimenti di ciascun test può variare in aumento o diminuzione in funzione dell'aggiornamento della lista dei target antigenici analizzati.

L'elenco degli alimenti è disponibile sul sito web di PTP Science Park: [www.ptp.it/smel](http://www.ptp.it/smel)

### 📍 Laboratorio SMel Lodi

Via Einstein, Loc. Cascina Codazza - Lodi (LO) - Tel. +39.327.1032591 - E-mail [segreteria.smel@ptp.it](mailto:segreteria.smel@ptp.it)

### 📍 PTP Point Codogno

Via G. Garibaldi 5/7 - Codogno (LO) - Tel. +39.320.9323223 - E-mail [segreteria.smel@ptp.it](mailto:segreteria.smel@ptp.it)

📍 **Elenco centri convenzionati** - disponibile sul nostro sito [www.ptp.it/smel](http://www.ptp.it/smel)

## TEST BASIC

20 ANTIGENI

Prezzo consigliato € 59,90

Soia	Noce
Lattuga	Nocciola
Latte vaccino	Mandorla
Pomodoro	Merluzzo
Maiale	Nasello
Manzo	Granchio
Banana	Pera
Patata	Mela
Fruento	
Uovo	
Glutine	
Kiwi	
Riso	
Halibut	
Passera di mare	
Tonno a pinne gialle	
Lievito di pane	
Lievito di birra	
Aragosta spinosa	
Aragosta	
Caffè	
Cacao	
Arachide	

## TEST MEDIUM

40 ANTIGENI

Prezzo consigliato € 79,90

Soia	Mais	Halibut
Farro	Oliva verde	Broccolo
Lattuga	Kiwi	Verza
Zucchini	Riso	Cavolo
Latte vaccino	Caffè	Pompelmo
Pomodoro	Cacao	Lime
Maiale	Lenticchia	Mandarino
Manzo	Pisello	Arancia
Banana	Arachide	Limone
Pera	Noce	Oca
Latte di capra	Nocciola	Anatra
Carota	Nasello	Coniglio
Patata	Lievito di pane	Granchio
Spinaci	Lievito di birra	Mandorla
Fruento	Ciliegia	Anacardo
Salmone	Fragola	Pollo
Mela	Anguria	Tacchino
Ananas	Passera di mare	
Pesca	Merluzzo	
Vino rosso	Fagiolo bianco	
Vino bianco	Aragosta spinosa	
Uovo	Aragosta	
Glutine	Tonno a pinne gialle	

## TEST TOP

80 ANTIGENI

Prezzo consigliato € 134,90

Bianco d'uovo	Nasello	Avena	Semi di zucca
Pisello	Carota	Ciliegia	Semi di lino
Cetriolo	Radicchio	Tuorlo d'uovo	Semi di coriandolo
Arachide	Limone	Glutine	Broccolo
Asparago	Anguria	Mais	Verza
Soia	Arancia	Coniglio	Cavolo
Champignon	Patata	Amaranto	Lievito di pane
Tacchino	Spinaci	Oliva verde	Lievito di birra
Fagiolo bianco	Fruento	Pistacchio	Avocado
Farro	Tonno a pinne gialle	Tapioca	Mango
Sgombro	Salmone	Pollo	Papaia
Acciuga	Fragola	Kamut	Mirtillo
Lattuga	Peperoncino	Cicoria	Mora
Zucchini	Aglio	Kiwi	Lampone
Latte vaccino	Cipolla	Riso	Noce
Mandorla	Mela	Malto	Nocciola
Pomodoro	Uva	Pesce spada	Anacardo
Maiale	Ananas	Caffè	Noce brasiliana
Manzo	Pesca	Camomilla	Pompelmo
Banana	Orzo	Cacao	Lime
Merluzzo	Lenticchia	Oca	Mandarino
Pera	Vino rosso	Anatra	Arancia
Latte di capra	Vino bianco	Passera di mare	Limone
		Halibut	Granchio
		Carciofo	Aragosta spinosa
		Sedano	Aragosta
		Semi di sesamo	Zenzero
		Origano	Vaniglia
		Semi di girasole	Rosmarino