



ALIMENTI VEGETARIANI TESTATI



CEREALI E ALIMENTI AMIDACEI

- Glutine
- Segale
- Avena
- Orzo
- Farro
- Grano

ALTERNATIVE AI CEREALI

- Amaranto
- Grano saraceno
- Miglio
- Mais, mais dolce
- Quinoa
- Riso
- Patata dolce

UOVA

- Uova di gallina

LATTICINI

- Latte vaccino
- Caglio vaccino
- Prodotti con latte acido vaccino
- Latte e formaggio di pecora
- Latte e formaggio di capra

LIEVITI

- Lievito

FUNGHI

- Prataiolo

LEGUMI

- Pisello
- Fagiolino
- Cece
- Lenticchia

VERDURE

- Melanzana
- Cavolfiore
- Broccolo
- Peperoncino
- Finocchio
- Cetriolo
- Carota
- Patata
- Cavolo
- Porro
- Maca
- Oliva
- Peperone
- Barbabietola
- Sedano rapa
- Semi di soia
- Spinacio
- Pomodoro
- Zucchini
- Cipolla

FRUTTA

- Bacche di acai
- Acerola
- Ananas
- Mela
- Avocado
- Banana
- Pera
- Mirtillo
- Mirtillo rosso
- Dattero
- Fragola
- Bacca di goji
- Melograno
- Lampone
- Ciliegia
- Kiwi
- Melone
- Arancia
- Pesca
- Uva / uva passa
- Limone

INSALATE

- Lattuga

ALGHE

- Alga rossa (Nori)

SEMI E FRUTTA SECCA

- Anacardo
- Semi di chia
- Arachide
- Semi di canapa
- Nocciola
- Fava di cacao
- Noce di cocco
- Semi di zucca
- Semi di lino
- Mandorla
- Sesamo
- Semi di girasole
- Noce

SPEZIE ED ERBE

- Zenzero
- Aglio
- Cumino
- Curcuma
- Origano
- Prezzemolo
- Pepe
- Semi di senape
- Vaniglia

■ = Super alimenti

Per scoprire quali alimenti sono testati negli altri test ImuPro visita il sito www.imupro.it

MIGLIORA IL TUO STATO DI SALUTE



L'alimentazione ha un ruolo fondamentale per la salute. Può influenzare lo stato d'animo, l'energia e il benessere.

Non tutti gli alimenti possono farti stare bene.

Alcune volte potresti sentirti stanco o giù di tono dopo aver mangiato. Le cause possono essere molteplici; una di queste è l'allergia alimentare con sintomi ritardati. Il sistema ImuPro può aiutarti ad individuare quali sono gli alimenti scatenanti l'allergia alimentare e, grazie alle linee guida nutrizionali personalizzate, potrai migliorare il tuo benessere generale. Ti sentirai più in forma. Elimina gli alimenti che scatenano allergie mediate da IgG tramite il test ImuPro e il tuo stato di salute ne trarrà beneficio.



Vegetariano

170928_PATEL_IT_LAB_Vegetarian
copyright pictures: shutterstock, 301820384, 522776929,
611862975

R-Biopharm Italia Srl
Via Morandi 10
20077 Melegnano - Italy

Tel: +39 02 98 23 33 30

www.imupro.it

IL TUO RIFERIMENTO PER UNA SALUTE MIGLIORE

Adatto allo stile di vita vegetariano

PRENDITI CURA DEL TUO BENESSERE



ImuPro potrebbe essere la prima mossa

Come vegetariano ti prendi già cura del tuo corpo, e l'ambiente e la nutrizione sono due aspetti fondamentali della tua vita. Come probabilmente sai, gli alimenti **possono influenzare lo stato d'animo, l'energia e il benessere**. Ma non tutti gli alimenti hanno effetti positivi. Alcune volte, dopo aver mangiato, potresti sentirti debole e stanco. Una ragione potrebbe essere l'allergia alimentare mediata da IgG.

Cos'è un'allergia alimentare mediata da IgG?

Se si soffre di un'allergia alimentare mediata da IgG, il sistema immunitario produce specifici anticorpi IgG contro determinati alimenti. Questi anticorpi possono dare origine a processi infiammatori e causare reazioni a catena con un impatto negativo sulla salute.

Sfortunatamente i sintomi non si manifestano immediatamente, ma da alcune ore fino a tre giorni dopo aver assunto l'alimento incriminato. Questo ritardo è la ragione per cui è difficile individuare gli alimenti scatenanti la reazione.

Possibili sintomi:

Sindrome del colon irritabile
Mal di testa **Nausea** **Letargia**
Obesità **Affaticamento** **Emicrania**
Mal di stomaco

Inizia ora il tuo percorso per una salute migliore, rimanere in forma e avere una vita sana!

ImuPro ti sostiene con un sistema vegetariano personalizzato, per migliorare il tuo stato di salute e trovare il tuo equilibrio ideale. Il prossimo passo potrebbe essere una dieta personalizzata basata sui risultati del test per i potenziali alimenti scatenanti l'allergia mediata da IgG. Inoltre, potrai arricchire la tua dieta vegetariana non solo con gli alimenti più diffusi ma anche con quelli più particolari. Per questo motivo abbiamo incluso alcuni alimenti meno comuni nel sistema ImuPro vegetariano.



Super alimenti

I super alimenti sono quelli che hanno elevati livelli di nutrienti, vitamine, acidi grassi omega 3, antiossidanti e minerali. Essi spaziano dagli alimenti recentemente introdotti nella nutrizione occidentale, come ad esempio le bacche di Goji e di acai, l'acerola e i semi di chia fino ad alimenti "tradizionali" come gli spinaci, le carote nonché diverse bacche, frutta secca e semi.



ANALISI NUTRIZIONALI E LINEE GUIDA PERSONALIZZATE



Perché ImuPro potrebbe essere la prima mossa?

ImuPro è un test che, tramite una semplice analisi del sangue, identifica i livelli degli anticorpi IgG specifici per determinati alimenti (step 1). Insieme ai consigli nutrizionali personalizzati basati sui risultati del test (step 2), ImuPro può aiutarti a cambiare la tua dieta e migliorare il tuo stato di salute. Dall'eliminazione degli alimenti scatenanti la reazione il tuo organismo ne può trarre giovamento e i sintomi possono attenuarsi o scomparire.



Il pannello vegetariano comprende 90 alimenti. Insieme ai risultati del test, riceverai delle linee guida nutrizionali personalizzate – **ImuPro, il tuo riferimento per una salute migliore.**

Nota: L'allergia alimentare di tipo III (IgG) non deve essere confusa con la classica allergia alimentare di tipo I. Se soffri di allergia di tipo I, il sistema immunitario produce specifici anticorpi IgE. Questi anticorpi danno origine a una reazione allergica immediata. ImuPro non individua le allergie alimentari mediate da IgE.