

Martes 29 de Septiembre

- Hoy
- Argentina
- Mundo
- Deportes
- Tecnología
- Espectáculos
- Infofitness

dietaS
Cormillot.com

Blogs

Autos Inmuebles Empleos Otros

29-09-09 | Salud > Salud



Imprimir

Galería

Compartir



Un test permite saber qué alimentos "envejecen"

Recomendar

Por intolerancia alimenticia se conoce a las respuestas de tipo inflamatorias del organismo frente a algo ingerido. Un análisis de sangre detecta qué alimentos son nocivos y permite diseñar "la dieta ideal". En Infobae.com, su uso en la medicina antiaging

Tamaño



del texto

Valeria Chavez (Infobae.com) ✉

Migraña, dolor de cabeza, congestión nasal, hiperactividad, fatiga, problemas en la piel (dermatitis y eczemas), dolores articulares, desórdenes gastrointestinales, así como el fracaso de las dietas para bajar de peso son algunos de los síntomas o indicadores de "intolerancia alimenticia".

Conocer qué alimentos, colorantes o aditivos presentes en la dieta pueden ser los culpables de esas reacciones permitirá eliminarlos en pos de una mejor calidad de vida.

La doctora Vivian Mayo es la directora médica laboratorio *Alcat*, donde realizan un test sanguíneo para detectar cuáles son las intolerancias alimentarias o a químicos del alimento.

En diálogo con Infobae.com definió intolerancia alimenticia como "una respuesta de tipo inflamatoria frente a algo que normalmente se come y que a otros puede no causarle ningún síntoma".

1 de 1

VIDEO RELACIONADO

NOTAS RELACIONADAS

Para la profesional, lo que la diferencia de las alergias es que la respuesta del organismo puede aparecer a las horas o días de consumido el alimento.

El tipo de reacción va a depender de cada persona, aunque -según Mayo- "hay muchas reacciones a determinados alimentos más que otros".

"Generalmente, el paciente aprende a convivir con esos síntomas en forma crónica; se siente mal pero no halla la manera de sentirse mejor", aseguró Mayo, para quien "el beneficio del test es saber qué alimento hace mal para no incorporarlo en la dieta y lograr una mejor calidad de vida".

Así, los resultados del análisis servirán como herramienta fundamental para que el médico personal elabore una exacta y personalizada dieta.

El test

El test reproduce en el laboratorio (in vitro) la reacción de las células sanguíneas frente a 150 alimentos, conservantes y colorantes de consumo habitual en la alimentación.

"Luego de la extracción de sangre, la enfrentamos con extractos proteicos de alimentos y químicos y testeamos la reacción antígeno-anticuerpo que se daría dentro del organismo", explicó Mayo, quien detalló que el resultado estará disponible en una semana y lo entregan "categorizado en grados de colores: mucha reactividad, mediana y baja".

En verde aparecerán los alimentos que dieron reacción negativa. "La idea es eliminar o disminuir la ingesta de los que dieron reacciones positivas", dijo la profesional, para quien "el resultado del análisis es la medicación".

Según Mayo, cuando había un síntoma "es más fácil ver qué pasa a medida que se deja el alimento", mientras que "si no existen síntomas previos, es como el efecto del cigarrillo, que no se 've'; en esos casos al dejar los alimentos 'reactivos' el paciente se va a sentir más energético".

"Las migrañas empiezan a bajar su intensidad, a espaciarse, pero eso va a depender de cuán efectivo sea el cambio de la dieta. De 10 a 30 días tiene que haber cambios; los resultados son a relativo corto plazo", aseguró.

Cómo la dieta "rejuvenece"

La medicina antienvjecimiento o antiaging estudia la variación entre la edad funcional y la edad cronológica del individuo y se encarga de detectar cuáles son las claves de esta variación y de establecer cómo se puede incidir sobre ellas para que el proceso del envejecimiento se produzca con los menores síntomas posibles, o al menos que éstos aparezcan cuanto más tarde mejor.

El envejecimiento biológico está ligado a procesos de oxidación a nivel molecular,

- Tratamientos antiage: cuáles son efectivos y cuánto cuestan
- Relajarse adelgaza
- Ocho de cada diez personas respaldan la Ley Antitabaco en la Provincia

FOTOS RELACIONADAS

1 de 1



originados por la producción de radicales libres.

"Así como la medicina antiaging mira no sólo por fuera sino por dentro del organismo, lo que hace este test es decir qué alimentos el organismo metaboliza mejor y de esa forma se disminuyen los niveles de oxidación celular, para enlentecer el envejecimiento celular", aseguró Mayo.

Así, la adopción de una serie de hábitos de vida que minimicen la producción de estos radicales libres y su neutralización mediante tratamientos dietéticos y/o farmacológicos (los denominados antioxidantes) prevendrán y paliarán los datos producidos en el organismo por ésta excesiva oxidación tanto a nivel celular como a nivel molecular, en proteínas, lípidos y ADN.

Está demostrado que una alimentación no adecuada es una de las causas principales de la puesta en marcha de los mecanismos de formación de radicales libres.

Las notas más leídas de la sección

- Apareció mono muerto en Misiones y temen por la fiebre amarilla
- Descubren que el virus del sida ya circulaba hace cien millones de años
- Este año, las alergias durarán más tiempo
- Ocho de cada diez personas respaldan la Ley Antitabaco en la Provincia
- Arranca la campaña de vacunación contra el sarampión y la polio

Innovación Diagnostico

Siemens presenta innovaciones para integrated healthcare

¿Sos Ingeniero Químico?

¡Dow te está buscando! Si tenés menos de 25 años, carga tu CV ya.

Anuncia Aquí

Hoy Argentina Mundo Deportes Tecnología Espectáculos Infofitness

Hacer tu página de inicio | Carta de lectores | Contáctenos | Publicidad | Infobae en tu sitio | Noticias RSS | Términos y condiciones de uso | Política de Privacidad | Noticias del día

