Versione 1.2 - 08.03.2022

Manuale DaphneLab
di svezzamento da intolleranze alimentari

Dieta intolleranze metodo DaphneLab

Il metodo della DaphneLab per il trattamento delle intolleranze alimentari prevede il seguente programma:

- Eliminazione per 60 giorni dei cibi evidenziati in rosso o massimo 1 volta a settimana, ciclizzando le varie categorie di alimenti durante i due mesi;
- Una frequenza di assunzione di 2-4 volte alla settimana di cibi indicati con ▲ giallo;
- Assunzione da più volte al giorno a 5 volte a settimana di cibi indicati con ▲verde.

Tutto quanto indicato deve essere sempre sottoposto all'approvazione ed al controllo di un esperto.

DAPHNE LAB
Tel. 02.37920609 - 06.87811887
www.daphnelab.com - info@daphnelab.com

Sistema aziendale conforme UNI EN ISO 9001
ISO ecology ISO quality
Metodo relazionato con ripetibilità del 94%
Azienda iscritta presso l'Anagrafe nazionale delle ricerche del Ministero dell'Università e ricerca. Sistema a tecnologia brevettata. Conforme ISO 9001 - EA 38 Sanità.
800 909955
DAPHNE lab®

Protocollo di svezzamento dopo 60 giorni di esclusione delle intolleranze alimentari

Stabilire 3 categorie di alimenti verso cui si è intolleranti:

1. Categoria da intolleranza lieve, rappresentata dagli alimenti con indice di intolleranza più basso;
2. Categoria da intolleranza moderata, rappresentata dagli alimenti con indice di intolleranza medio;
3. Categoria da intolleranza grave, rappresentata dagli alimenti con indice di intolleranza alto.

- La prima settimana di svezzamento, introdurre gli alimenti della categoria con intolleranza lieve a giorni alterni ed in quantità moderate, tipo 100 grammi di alimento o comunque una porzione moderata;
- La seconda settimana di svezzamento, introdurre gli alimenti della categoria con intolleranza moderata, massimo 2 volte a settimana, a giorni distanziati ed in quantità minime, tipo 100 grammi di alimento o comunque una piccola quantità di alimento;
- La terza settimana di svezzamento, introdurre gli alimenti della categoria intolleranza grave, massimo 1 volta a settimana, a giorni distanziati ed in quantità molto basse, tipo 50 grammi o comunque una piccolissima quantità di alimento.

DAPHNE LAB
Tel. 02.37920609 - 06.87811887
www.daphnelab.com - info@daphnelab.com

Sistema aziendale conforme UNI EN ISO 9001
ISO ecology ISO quality
Metodo relazionato con ripetibilità del 94%
Azienda iscritta presso l'Anagrafe nazionale delle ricerche del Ministero dell'Università e ricerca. Sistema a tecnologia brevettata. Conforme ISO 9001 - EA 38 Sanità.
800 909955
DAPHNE lab

Come continuare?

Se gli alimenti introdotti, a prescindere dal grado di intolleranza basso, medio o alto, non danno alcun fastidio sintomatologico quale aereofagia, meteorismo, nausea, alterazioni dell'alvo, stitichezza, gonfiore addominale, spossatezza o mal di testa, aumentare, nelle settimane successive alla prima fase di svezzamento, le quantità di:

1) Altri 50 grammi per la categoria a bassa intolleranza;
2) Altri 30 grammi per la categoria media intolleranza;
3) Altri 20 grammi per la categoria alta intolleranza o comunque introdurre ulteriori porzioni di quantità.

Nel caso in cui insorgano lievi sintomi da intolleranza tipo diarrea, addome gonfio, mal di testa, stitichezza, spossatezza, nausea, o un solo tipo dei seguenti sintomi citati, provare a:

1) Eliminare, per alcuni giorni, nuovamente gli alimenti ad alto indice di intolleranza;
2) Abbassare al minimo le quantità degli alimenti a basso o medio indice di intolleranza.
3) Comportarsi allo stesso modo anche se i sintomi non sono presenti tutti i giorni, ma solo alcuni giorni ed in modo intermittente.

DAPHNE LAB
Tel. 02.37920609 - 06.87811887
www.daphnelab.com - info@daphnelab.com

Sistema aziendale conforme UNI EN ISO 9001
ISO ecology ISO quality
Metodo relazionato con ripetibilità del 94%
Azienda iscritta presso l'Anagrafe nazionale delle ricerche del Ministero dell'Università e ricerca. Sistema a tecnologia brevettata. Conforme ISO 9001 - EA 38 Sanità.
800 909955
DAPHNE lab

Nel caso in cui dopo l'introduzione delle varie categorie di alimenti, si avvertono i sintomi precedentemente citati in maniera cronica, eliminare primariamente:

1) Gli alimenti ad alto e medio indice di intolleranza e nel caso in cui i sintomi tendono a migliorare o a svanire, vi è ancora qualche cibo delle seguenti categorie, verso cui non si è organicamente e metabolicamente stabilizzati.
2) Se invece i sintomi continuano a persistere, rimuovere anche gli alimenti della categoria a bassa intolleranza, in questo caso il paziente ha bisogno di prolungare di più il protocollo da intolleranza alimentare ed introdurre un nuovo regime dietetico e di protocollo depurativo.

Come deve comportarsi il paziente?

1) Dai primi giorni dello svezzamento il paziente deve essere molto attento e critico;
2) Deve prestare attenzione ed essere attento alle tipologie di sintomi che possono insorgere nuovamente una volta interrotta la terapia completa delle intolleranze alimentari;
3) Deve fare attenzione a capire quale alimento specifico abbia causato la riattivazione dei sintomi, non solo in termini di grammatura reintrodotta, ma anche in termini di combinazione con altre tipologie di alimenti o se associati ad eventi;
4) Poiché le intolleranze alimentari sono anche temporanee e non solo costituzionali, quindi legate anche a fasi transitorie e momentanee, potrebbe capitare che lo stress metabolico e organico del paziente, anche dopo una prima terapia da

DAPHNE LAB
Tel. 02.37920609 - 06.87811887
www.daphnelab.com - info@daphnelab.com

Sistema aziendale conforme UNI EN ISO 9001
ISO ecology ISO quality
Metodo relazionato con ripetibilità del 94%
Azienda iscritta presso l'Anagrafe nazionale delle ricerche del Ministero dell'Università e ricerca. Sistema a tecnologia brevettata. Conforme ISO 9001 - EA 38 Sanità.
800 909955
DAPHNE lab

intolleranza alimentare, si sia potuto spostare verso nuove tipologie di alimenti, verso cui precedentemente il paziente non era intollerante. Quindi i sintomi da intolleranza potrebbero in questo caso, non essere dettati dai nuovi cibi introdotti nel periodo dello svezzamento, ma da nuove forme di intolleranze insorte in un secondo momento. Motivo per cui il paziente, dopo 60 giorni dovrebbe ripetere il test.

5) Segnare tutto su un diario e tenere traccia di ogni cambiamento.

Cosa potrebbe verificarsi, ripetendo il test dopo 60 giorni di una prima terapia da intolleranze alimentari?

1) Le intolleranze scomparse son quelle momentanee e transitorie, dettate da condizioni ambientali e dallo stress che precedentemente colpiva o interessava il paziente;
2) Le intolleranze che persistono sono quelle costituzionali, verso cui il paziente è per questioni genetiche predisposto, e a cui deve prestare maggiore attenzione, nella cura della sua dieta;
3) Le nuove intolleranze insorte, sono quelle dettate dalla fase momentanea del paziente, associate ad una forma di stress o sofferenza organica che sta temporaneamente colpendo il paziente. Al ripetersi del test le nuove forme di intolleranza non necessariamente devono presentarsi.

DAPHNE LAB
Tel. 02.37920609 - 06.87811887
www.daphnelab.com - info@daphnelab.com

Sistema aziendale conforme UNI EN ISO 9001
ISO ecology ISO quality
Metodo relazionato con ripetibilità del 94%
Azienda iscritta presso l'Anagrafe nazionale delle ricerche del Ministero dell'Università e ricerca. Sistema a tecnologia brevettata. Conforme ISO 9001 - EA 38 Sanità.
800 909955
DAPHNE lab®