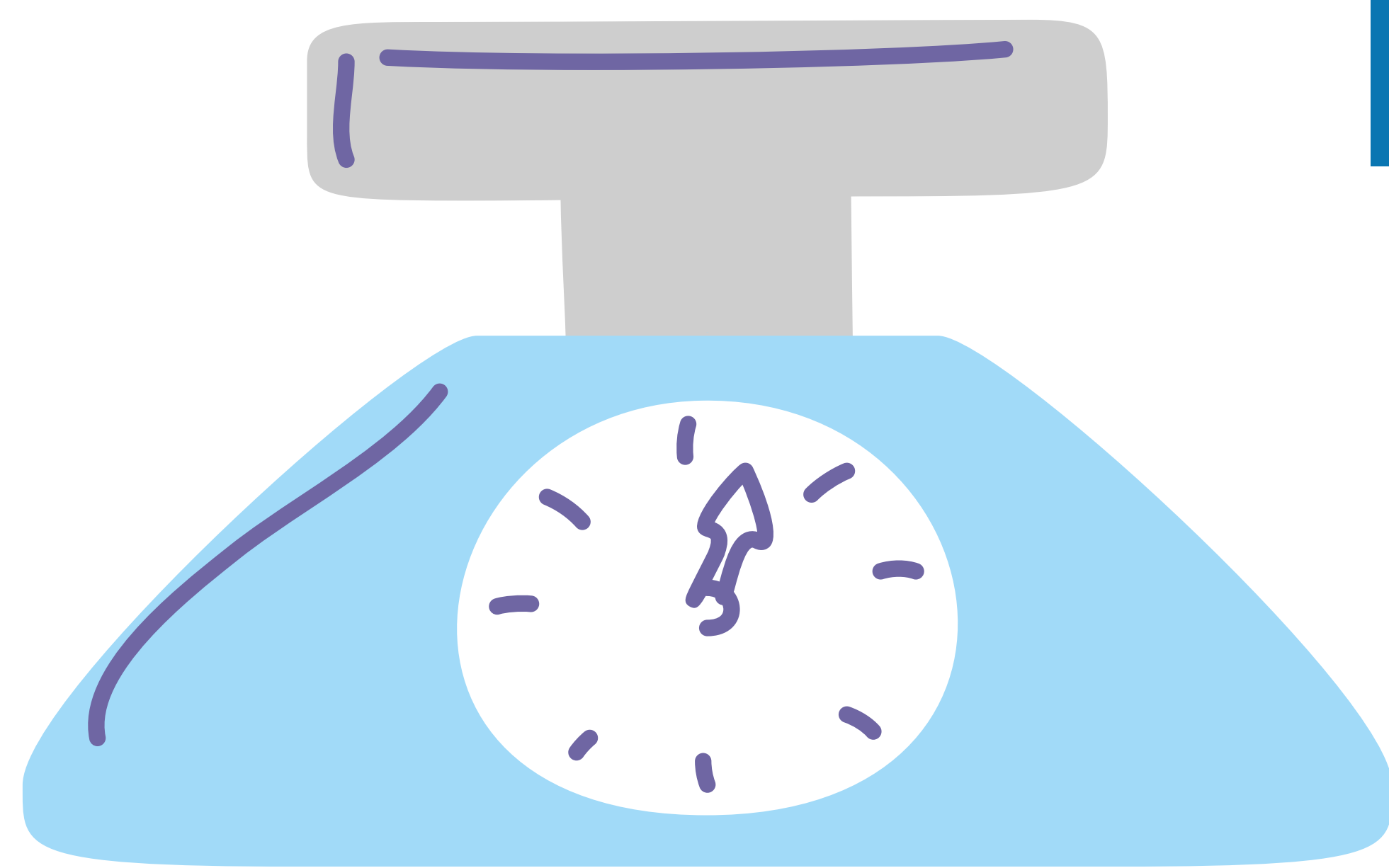
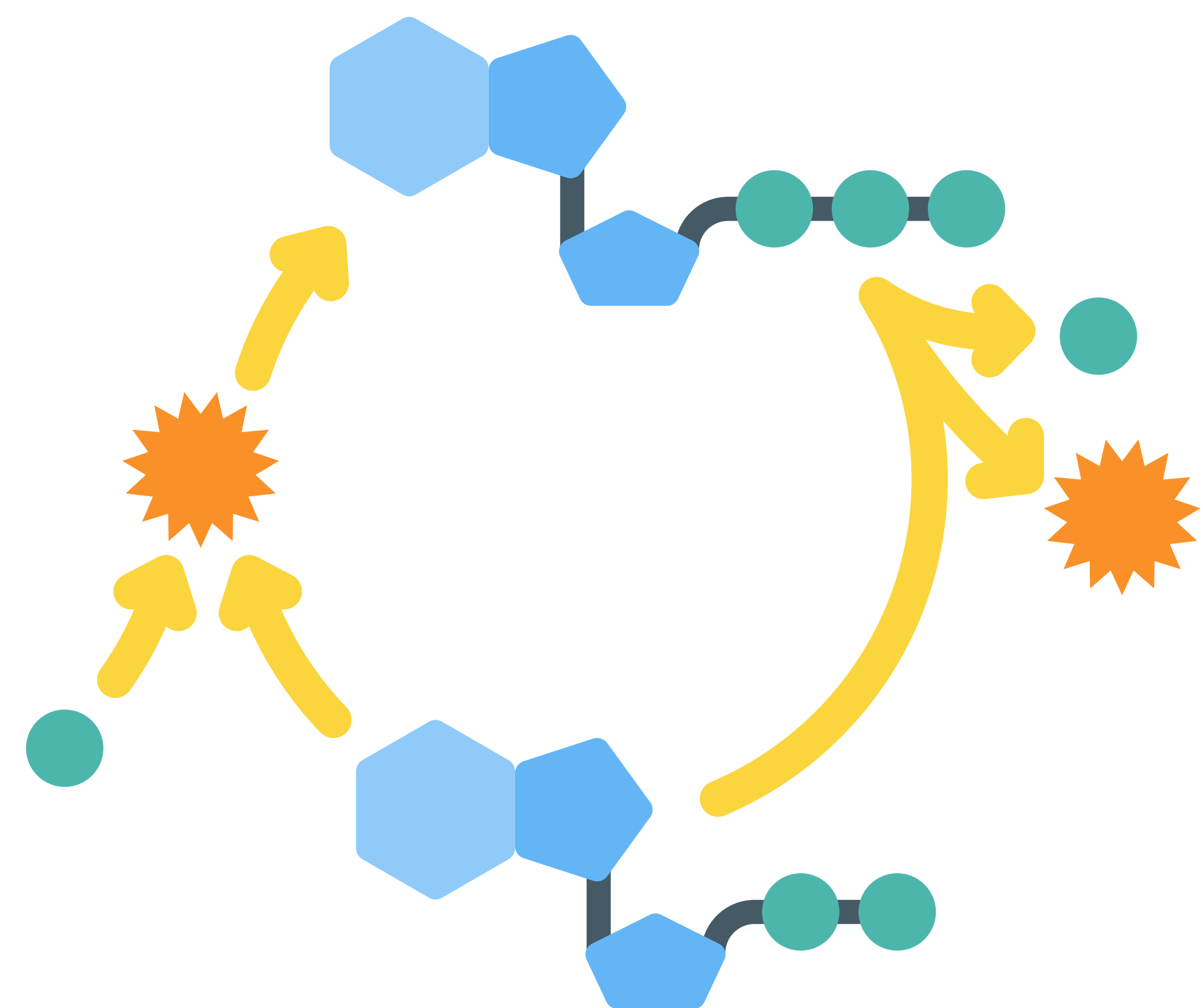


LE INTOLLERANZE ENZIMATICHE

Le intolleranze di tipo enzimatico - dette anche **metaboliche** - sono **causate dalla mancata o scarsa produzione di specifici enzimi** indispensabili per metabolizzare e rendere assimilabili alcuni componenti alimentari.

Le persone affette da questo problema in genere ne sono prive fin dalla nascita ma è un disturbo che può essere anche acquisito nel tempo.



Attenzione alle quantità

Le intolleranze di tipo enzimatico sono reazioni che coinvolgono il metabolismo ma non il sistema immunitario e sono **strettamente dipendenti dalla quantità dell'alimento** non tollerato che è stato ingerito (dose-dipendenti).

I sintomi più comuni

I sintomi sono spesso simili a quelli allergici e **possono comparire anche a distanza di tempo dal consumo dell'alimento** (alcune ore o in casi rari anche dopo alcuni giorni), il che li rende più difficili da riconoscere e mettere in relazione con il cibo assunto. Di solito si identificano in **diarrea, gonfiore e crampi addominali**.

