



COUNSELLING

Allergia al mais

La dieta

Una volta confermata la diagnosi di allergia, l'unica terapia di provata efficacia è l'eliminazione del mais e di tutti gli alimenti contenenti mais dalla dieta, compresi lo sciroppo e le maltodestrine. Non è semplice escludere il mais dalla dieta, in quanto numerosi alimenti in commercio possono contenerne tracce, anche sottoforma di additivi o dolcificanti.

Alimenti da evitare
mais e derivati
polenta
cornflakes, popcorn
sciroppo di mais, olio di mais, amido di mais, maltodestrine

Chiedi sempre a un professionista una dieta personalizzata.

Stile di vita

È bene informarsi correttamente sugli ingredienti presenti negli alimenti ogni volta che si decide di acquistare un cibo nuovo, leggendo con attenzione le etichette.