



COUNSELLING

Allergia alla senape

La dieta

La soluzione migliore per il trattamento delle allergie alimentari è la completa eliminazione dell'alimento allergizzante dalla dieta.

È importante leggere attentamente le etichette dei cibi prima di acquistarli poiché i procedimenti di preparazione dei cibi possono nascondere l'uso di tracce o contaminazioni di senape, specialmente nei prodotti confezionati.

Il consumatore, in questo senso, è tutelato dal Regolamento UE 1169/2011 che ha reso obbligatoria, da parte dei produttori, la dichiarazione in etichetta nutrizionale della presenza di 14 classi di allergeni, tra cui la senape.

Alimenti da evitare
senape e derivati (mostarda, ecc.)
panini dei fast food , che spesso contengono la salsa di senape
alimenti confezionati (freschi, secchi e surgelati) e prodotti pronti , se presenti contaminazioni o tracce di senape in etichetta

Chiedi sempre a un professionista una dieta personalizzata.