



Liga de Intervención Nutricional  
contra Autismo e Hiperactividad A.C.



*Interwencja żywieniowa. Początkowy i podstawowy krok w leczeniu biomedycznym*

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

*„Przeznaczenie twojego mózgu nie kryje się w twoich genach,  
ale w żywności, którą spożywasz”*

Dr David Perlmutter. Neurolog



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Co jemy?



„Ludzi odżywia branża spożywcza, który nie dba o zdrowie, a leczy ich branża zdrowotna, która nie zwracaj uwagi na pożywienie.”

Wendell Berry



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Cel pogadanki

- ✓ Rozpoznanie pokarmów, które mogą być czynnikiem wywołującym objawy autystyczne
- ✓ Zapoznanie się z istotnością odpowiedniego i właściwego odżywiania oraz leczenia zaburzeń ze spektrum autyzmu (ZSA) oraz innych powiązanych zaburzeń.
- ✓ Przypomnienie istotności peptydów opioidalnych oraz ich związku ze zdrowiem i zachowaniem.
- ✓ Poznanie problematycznych pokarmów i przedstawienie początkowej diety podstawowej.
- ✓ Zapoznanie się z opublikowanymi badaniami.



„Dobrze jest, gdy pokarm jest lekiem, a lek pokarmem”



**Pomnik Hipokratesa w mieście Kos w Grecji**



***Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico***

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Dr Karl Reichelt

- Karl Ludvig Reichelt (urodzony 28 listopada 1933 r.)
- Jest norweskim lekarzem i posiada tytuł doktora w dziedzinie biochemii.
- Jest najbardziej znany ze względu na badania opiodalnych peptydów w kazeinie, glutenie i soi.
- Przeprowadził również znaczące badania w obszarze nowotworów.
- Do 2012 pracował w Rikshospitalet, w szpitalu krajowym w Oslo, w Norwegii; nadal prowadzi działalność naukową i doradczą.
- Karl Ludvig Reichelt otrzymał złoty medal za zasługi z rąk króla w 2004 r.



# Teoria opiodalnych peptydów

- W moczu dzieci z autyzmem znaleziono odbiegające od normy poziomy peptydów (elementów białek, które nie zostały w pełni strawione) o działaniu zbliżonym do morfiny pochodzących z glutenu określonych zbóż i kazeiny z mleka
- Po zastosowaniu diety eliminującej gluten i kazeinę przez dwa lata zaobserwowano poprawę i regresję objawów niezwiązanych z dietą
- Reichelt, KL et al. „Autyzm dziecięcy: złożone zaburzenie.” *Psychiatria biologiczna*, 21:1279-1290, 1986
- Reichelt, KL i in. „Prawdopodobna etiologia i możliwe sposoby leczenia autyzmu dziecięcego.” *Dysfunkcja mózgu*, 1991; 4:308-319



- *Kinivnsberg, A i in. Interwencje dietetyczne w zakresie objawów autystycznych. Dysfunkcja mózgu 3: 328-345,1990*
- *Reichelt K i in. Gluten, białka mleka i autyzm: wpływ interwencji dietetycznych na zachowanie i wydzielanie peptydów. Journal of*
- *Shattock P i in. Rola neuropeptydów w autyzmie i ich związek z klasycznymi neuroprzekaźnikami. Dysfunkcja mózgu 3: 328-345,1990*
- *Cade i in. Wpływ dializy i diety na schizofrenię. W: Psychiatria: Perspektywa globalna Tom 3. Stefanis i in., red. Elsevier Science Publishers. Str. 494-500,1990*
- *Reichelt KL., Ekrem J., Scott H.Ñ Gluten, białka mleka i autyzm: Wpływ interwencji dietetycznych na zachowanie*

Znacząca grupa osób z zaburzeniami rozwojowymi, takimi jak autyzm i ADHD nie trawi odpowiednio białek, które zawierają produkty mleczne i niektóre zboża, takie jak pszenica, żyto czy jęczmień. Są one przekształcane na peptydy opiodalne, które mają wpływ na ich zachowanie i uczenie się





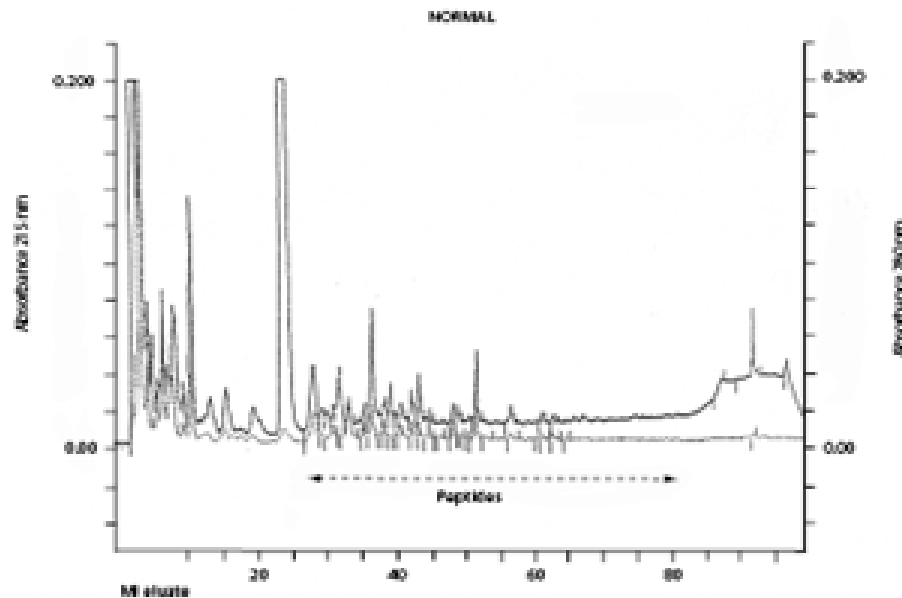
# Opioidalne peptydy

- Mleko > Kazeina > Kazeomorfina  
Tyr-pro-**fe**-pro-**gly**-pro-**ile** (B-kazeina)
- Pszenica > Gluten > Glutemorfina  
Tyr-pro-**gln**-pro-**gln**-pro-**fe**
- Inne peptydy:
  - Produkty uboczne Candida
  - Pochodne soi



# Mocz typowego pacjenta

## Normal urine –c-18:hplc



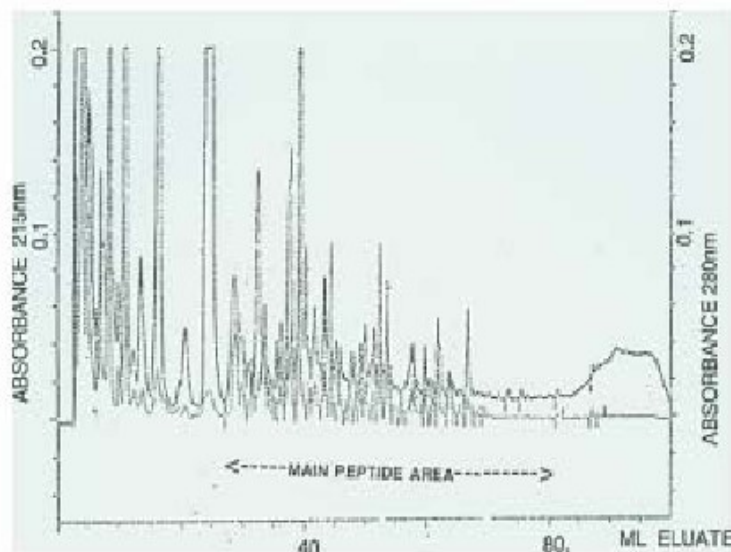
Źródło: Dr Karl Reichelt



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Zaobserwowany profil w przypadku autyzmu



Źródło: Dr Karl Reichelt



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Dr Jaak Panksepp

- Jest amerykańskim psychologiem, który urodził się w Tartu, w Estonii w 1943 r.
- Jest psychologiem z ukończonymi studiami podyplomowymi w dziedzinie psychobiologii i doktoratem w dziedzinie neurobiologii.
- Jest profesorem Uniwersytetu Stanowego w Waszyngtonie oraz emerytowanym profesorem wydziału psychologii Uniwersytetu Bowling Green State.
- Panksepp stworzył pojęcie „Afektywna neurobiologia”.



Otrzymał tytuł doktora honoris causa Uniwersytetu w Tartu w 2004 r.



Dr Panksepp w dokumencie napisanym w 1979 r. zasugerował, że peptydy opioidalne mogą pełnić rolę w etiologii autyzmu i zasugerował, że autyzm może być „zaburzeniem emocjonalnym, wywodzącym się z niewłaściwego funkcjonowania układów opioidowych w mózgu”.

*Panksepp, J. (1979). „Neurochemiczna teoria autyzmu”  
Tendencje neurobiologiczne 2: 174–177.*



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

**Linca**  
Liga de Intervención Nutricional  
contra Autismo e Hiperactividad A.C.

# OPIOIDY A INTERAKCJA SPOŁECZNA

## OBOJĘTNOŚĆ SPOŁECZNA

- Opioidy wywołują odosobnienie społeczne
- U zwierząt opioidy wywołują zubożenie na wezwania od niedawno narodzonego potomstwa

Panksepp J i in. (1978) Peptydy : 5:829-31

Panksepp J i in. (1980) neurosci.behav.Rev. 4:473-487



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# ODNALEZIONE NIESTRAWIONE BIAŁKA W MLEKU MATKI

- Kilshaw PF i Cant AJ (1984)
- Int Arch Allergy Appl Immunol 75:8-15
- Stuart I, Twiselton R, Nicholas M i Hide DW (1984)
- Clin Allergy 14:533-535
- Axelsson I, Jacobsen I, Lindberg T i Benediktsson B (1984)
- Acta Paed Scand 75:702-707



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# POWODUJĄ ZMIANĘ 5 ORGANÓW ZMYSŁOWYCH



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw



# Badanie na obecność peptydów w moczu



The Great Plains Laboratory, Inc.

William Shaw, Ph.D. Director 11813 W. 77th Street, Lenexa, KS 66214 (913) 341-8949 Fax (913) 341-6207

Número de admisión: Nombre del médico:  
Nombre del Paciente: Fecha de toma de muestra: 2/16/2016  
Edad del paciente: 5 Hora de toma de muestra: 06:30 AM  
Sexo de Paciente: M Fecha de impresión: 2/25/2016

## Péptidos

Péptidos	Péptido (P) ng/ml	Creatinina (C) mg/dl	Nivel Relativo del Paciente (P/C) Resultado	Nivel relativo del rango de referencia
Caseomorfin (Leche)	182.1	129	1.41	<0.56 <b>A</b>
Gluteomorfin (Trigo)	56.1	129	0.43	<0.58

Si los niveles de *proporción* están elevados (indicados con letra **A**), se recomienda la eliminación completa de productos de gluten y/o caseína. Si los resultados de péptidos son normales, se recomienda efectuar la prueba de alergias IgG para descartar la posibilidad de alergias a productos con trigo y/o lácteos. Si los resultados de ambas pruebas son normales, el individuo probablemente podrá tolerar productos de leche y trigo, pero se recomienda la dieta "de ensayo" sin estos productos durante un mes.

Individuos que han eliminado todos los productos de gluten y/o caseína de su régimen, deben tener niveles normales de los péptidos (proporción normal) en orina. Individuos con niveles altos de péptidos pueden beneficiar de la dieta sin gluten y/o caseína y/o con suplementos de peptidasas. Es posible que individuos con niveles normales de péptidos en la muestra urinaria pueden tener alergias IgG a productos de leche y/o trigo.

Individuos que sustituyen productos de leche por productos de soja, también pueden presentar niveles elevados de péptidos. Proteínas de soja se usan como emulsores, aglutinantes, diluyentes, estabilizadores en la carne, aves, comida chatarra, salchichas, spaghetti congelado y capa de crema batida en tortas. Proteínas de verduras texturadas (TVP) y muchos sustitutos de carne también tienen la base de soja. Hemos encontrado que individuos que consumen soja pueden presentar niveles elevados de los péptidos de gluteomorfin y/o caseomorfin supuestamente porque la estructura de los péptidos de soja es parecida con aquella de gluten y/o caseína (Zhang XZ, Wang HY, Fu XQ, Wu XX, Xu GL. Bioactive small peptides from soybean protein. Ann N Y Acad Sci 1998 Dec 13; 864: 640 - 5).

La prueba ha sido desarrollada, y sus características y criterios han sido determinadas basados en las investigaciones llevadas a cabo en el Laboratorio Great Plains. La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (U.S. Food and Drug Administration) no ha examinado o aprobado la prueba. La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos ha determinado que tal aprobación no es necesaria.

El Laboratorio Great Plains ha sido aprobado y certificado y está continuamente regulado por el Acta de Proficiencia de Laboratorios Clínicos (Clinical Laboratories Improvement Act) del gobierno de los Estados Unidos para efectuar pruebas clínicas de alta complejidad.



Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico

Dra. Leticia Domínguez - Shaw



Liga de Intervención Nutricional  
contra Autismo e Hiperactividad A.C.



# The Great Plains Laboratory, Inc.

William Shaw, Ph.D Director 11813 W. 77th Street, Lenexa, KS 66214 (913) 341-8949 Fax (913) 341-6207

Número de admisión: *Nombre del médico:*  
 Nombre del Paciente: *Fecha de toma de muestra:* 2/16/2016  
 Edad del paciente: 5 *Hora de toma de muestra:* 06:30 AM  
 Sexo de Paciente: M *Fecha de impresión:* 2/25/2016

## Péptidos

Péptidos	Péptido (P) ng/ml	Creatinina (C) mg/dl	Nivel Relativo del Paciente	Nivel relativo del rango de referencia
			(P/C) <i>Resultado</i>	
Caseomorfin (Leche)	182.1	129	1.41	<0.66 <b>A</b>
Gluteomorfin (Trigo)	66.1	129	0.43	<0.58

Si los niveles de *proporción* están elevados (indicados con letra **A**), se recomienda la eliminación completa de productos de gluten y/o caseína. Si los resultados de péptidos son normales, se recomienda efectuar la prueba de alergias IgG para descartar la posibilidad de alergias a productos con trigo y/o lácteos. Si los resultados de ambas pruebas son normales, el individuo probablemente podrá tolerar productos de leche y trigo, pero se recomienda la dieta "de ensayo" sin estos productos durante un mes.

Individuos que han eliminado todos los productos de gluten y/o caseína de su régimen, deben tener niveles normales de los péptidos (proporción normal) en orina. Individuos con niveles altos de péptidos pueden beneficiar de la dieta sin gluten y/o caseína y/o suplementos de peptidasas. Es posible que individuos con niveles normales de péptidos en la muestra urinaria pueden tener alergias IgG a productos de leche y/o trigo.

Individuos que sustituyen productos de leche por productos de soja, también pueden presentar niveles elevados de péptidos. Proteínas de soja se usan como emulsores, aglutinantes, diluyentes, estabilizadores en la carne, aves, comida chatarra, salchichas, spaghetti congelado y capa de crema batida en tortas. Proteínas de verduras texturadas (TVP) y muchos sustitutos de carne también tienen la base de soja. Hemos encontrado que individuos que consumen soja pueden presentar niveles elevados de los péptidos de gluteomorfin y/o caseomorfin supuestamente porque la estructura de los péptidos de soja es parecida con aquella de gluten y/o caseína (Zhang XZ, Wang HY, Fu XQ, Wu XX, Xu GL. Bioactive small peptides from soybean protein, Ann N Y Acad Sci 1998 Dec 13; 864: 640 - 5).

La prueba ha sido desarrollada, y sus características y criterios ha sido determinadas basado en las investigaciones llevadas a cabo en el Laboratorio Great Plains. La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (U.S. Food and Drug Administration) no ha examinado o aprobado la prueba. La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos ha determinado que tal aprobación no es necesaria.

El Laboratorio Great Plains ha sido aprobado y certificado y está continuamente regulado por el Acta de Proficiencia de Laboratorios Clínicos (Clinical Laboratories Improvement Act) del gobierno de los Estados Unidos para efectuar pruebas clínicas de alta complejidad.



# Nietolerancja na białka występujące w pokarmach

Istnieje wiele rodzajów nietolerancji. Jedną z nich jest celiakia, w przypadku której określone peptydy gliadyny i glutenu są toksyczne dla błony śluzowej jelit ze względu na brak możliwości rozkładu tych cząsteczek. Zazwyczaj osoby te posiadają określone geny świadczące o większej zgodności tkanek bądź powierzchniowych cząstek w komórkach łączących się z peptydami.

Często występują u nich przeciwciała IgA IgG w odniesieniu do glutenu i gliadyny, jak również przeciwciała przeciw endomysium (patrz peptydy w Wieser i in. (1984) lebensmittelundersuch. Forsh. 79:3371-1176), Cornell (1988) Clin Chim Acta 176:279-229.



# Nietolerancja na białka występujące w pokarmach

Jest szczególnie ważne, aby przestrzegać diety potwierdzonej przez biopsję, ponieważ w trakcie bezobjawowej celiakii może dojść do rozwoju określonych złośliwych chłoniaków (nie we wszystkich przypadkach występuje biegunka), jak również określonych rodzajów padaczki (Gobbi i in. (1992) The Lancet 340:439-443)

„Na każdego pacjenta z objawową celiakią przypada 8 pacjentów z celiakią bez objawów żołądkowo-jelitowych.”  
Gastroenterologia 2001; 120:636-651



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# SCHIZOFRENIA

*„Znaczące dowody wskazują, że najważniejszą przyczyną schizofrenii jest wrodzony brak umiejętności trawienia i przetwarzania określonych białek, a w szczególności glutenu pochodzącego z określonych zbóż”*

*Dr FC Cohen. Biologiczne podstawy schizofrenii Hemmings Ed MTP Press, Londyn 1980 r.*

Osoby z celiakią są trzy razy bardziej narażone na wystąpienie schizofrenii, niż ma to miejsce w przypadku normalnej populacji.

*Szkoła zdrowia publicznego Bloomberg Uniwersytetu Johna Hopkinsa, 2004,*

*Przegląd specyfikacji z 7997 szpitalnych kart duńskich pacjentów*



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# SCHIZOFRENIA

Po rozpoczęciu odstawiania glutenu zaobserwowano drastyczne zmniejszenie bądź całkowite ustąpienie objawów schizofrenicznych w ramach różnych badań. Ma to jednak miejsce w określonej podgrupie pacjentów ze schizofrenią.

**Powiązanie glutenowe: związek pomiędzy schizofrenią a celiakią A. E.**

Kalaydjian<sup>1</sup>, W. Eaton<sup>1</sup>, N. Cascella<sup>2</sup> i A. Fasano<sup>3</sup>

Artykuł opublikowany po raz pierwszy online: 28 LIS. 2005 r.



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

**Linca**  
Liga de Intervención Nutricional  
contra Autismo e Hiperactividad A.C.

# OPIOIDY A PADACZKA

Opioidy prowadzą do wystąpienia padaczki i są toksycznymi środkami pobudzającymi

- *Lee Pkh i in. (1988) Brain res 441:381-385*
- *Siggings Gr i in. (1986) Avd in Neurology 44:501-512*
- *Henriksen Sj i in. (1978) P.N.A.S. 75: 5221-5225*
- *Ikonomidou – Turski C i in. (1987) Neurobiologia 20: 671-987*



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Wrażliwość na gluten i schorzenia autoimmunologiczne Badanie polskie

Wyniki naszych badań przeprowadzonych na grupie 110 pacjentów ze zdiagnozowaną enteropatią wywołaną glutenem wskazuje na współobecność innych schorzeń autoimmunologicznych, takich jak: cukrzyca typu 1 w 7,2% przypadków, nadczynność tarczycy w 1,8% przypadków, bielactwo nabyte 0,9% przypadków, pierwotna marskość żółciowa wątroby w 2% przypadków i artroza reumatoidalna w 0,9% przypadków.

W grupie 80 pacjentów z wrzodziejącym zapaleniem jelita grubego, u 5% z nich stwierdzono obecność choroby trzewnej w oparciu o badania serologiczne i histopatologiczne.

**Celiakia i współistnienie innych zaburzeń autoimmunologicznych].**

[Artykuł po polsku]

[Zwolińska-Wciśło M<sup>1</sup>](#), [Galicka-Latała D](#), [Rudnicka-Sosin L](#), [Rozpondek P](#).



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw





# Wrażliwość na gluten i schorzenia autoimmunologiczne

Schorzenia autoimmunologiczne są łącznie największą grupą chorobową w Stanach Zjednoczonych.

Dieta amerykańska opiera się w coraz większym stopniu na produktach przetworzonych, co również zwiększa ilość schorzeń autoimmunologicznych.

Ponieważ stwierdziliśmy, że wrażliwość na gluten jest przyczyną celiakii, musimy rozważyć związek z innymi schorzeniami autoimmunologicznymi.

U osób z wrażliwością na gluten zdiagnozowano **10-30 razy więcej** schorzeń autoimmunologicznych.

Nadszedł czas na poważniejsze potraktowanie żywności



*Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico*

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

„To, co dla jednego jest pożywieniem,  
jest trucizną dla drugiego”

Lucrecjusz Autor rzymski p.n.e. „quod ali cibus est aliis fuat acre venenum”



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Produkty żywnościowe zakazane w diecie bezglutenowej,

Mleko i produkty mleczne, bez laktozy, odtłuszczone, śmietana, sery, jogurt, flany, lody

Pszenica: w chlebie, ciastach, ciastkach, spaghetti, pizzy, zupach z makaronem

Jęczmień, żyto, orkisz, semolina, pszenżyto, kuskus, sód

Soja, białka sojowe, mleko sojowe, sos sojowy, tofu, itp.

Czekolada, jeżeli zawiera mleko

Glutaminian sodu

Rosołek w proszku lub kostki rosołowe zawierające glutaminian sodu

Sos sojowy, ocet, margaryna (lepsze jest stosowanie niewielkiej ilości masła lub oleju kokosowego)

Sód, jęczmień, sosy do mięs i syropy do kawy.



# UKRYTE ŹRÓDŁA GLUTENU

- Piwo
- Zboża pochodzące z zakładów przetwarzających inne zboża
- Fasola w puszcze
- Drobiowe kostki rosółowe
- Batony energetyczne
- Kawy smakowe
- Francuska zapiekanka ziemniaczana
- Pokarmy panierowane, tempura
- Ketchup
- Marynaty
- Klopsiki
- Imitacja mięsa krabowego
- Zapiekanka mięsna
- Pieczeń rzymska
- Płatki owsiane, jeżeli nie są organiczne
- Sos sałatkowy



# UKRYTE ŹRÓDŁA GLUTENU

- Przekąski z orzechami i ciastkami (mieszanki studenckie)
- Budynie i nadzienia
- Hamburgery wegetariańskie
- Sos pieczeniowy
- Sery dojrzewające
- Kosmetyki Należy sprawdzać etykietę
- Szampon
- Witaminy i suplementy
- Ciastolina Play-Doh
- Sztuczne barwniki
- Hydrolizowany sól
- Skrobia modyfikowana



## PRODUKTY ŻYWNOŚCIOWE DOZWOLONE W DIECIE W DIECIE BEZGLUTENOWEJ, BEZ KAZEINY I SOI

**W przypadku alergii, nietolerancji lub wskazań ze względu na obecność problemów żołądkowo-jelitowych należy ich unikać**

- ✓ Ziemniaki i bataty we wszystkich postaciach, w tym frytki, pieczone w piekarniku, ziemniaki bez mąki i panierki, zupy i chleby przygotowanych z mąką ziemniaczaną.
- ✓ Substytuty mleka: mleko Bless, migdałowe, ziemniaczane, ryżowe, z orzechów laskowych, kokosowe.
- ✓ Olej kokosowy, masło klarowane.
- ✓ Świeże warzywa, najlepiej organiczne.
- ✓ Dobre tłuszcze: awokado, oliwa z oliwek, orzechy
- ✓ Świeże oraz suszone owoce i orzechy
- ✓ Amarantus, tapioka, sorgo, kasza jaglana, kukurydza, gryka, ryż.
- ✓ Gryka CIĄG DALSZY



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

## PRODUKTY ŻYWNOŚCIOWE DOZWOLONE W DIECIE W DIECIE BEZGLUTENOWEJ,

- ✓ Większość orzechów: migdały, orzechy włoskie, kasztany, pistacje, nerkowce (**chyba, że osoby są na nie uczulone bądź w przypadku, gdy badanie na obecność kwasów organicznych wykaże podwyższony poziom oksalatów**).
- ✓ Ograniczona ilość owoców morza i ryb (**należy unikać tuńczyka i dużych ryb, ponieważ są bardzo zanieczyszczone**), preferowane są sardynki, łosoś, pstrąg, sardele, sola, rdzawiec, sandacz i sum
- ✓ Mięsa. Należy ograniczyć ich spożycie w celu uniknięcia nadmiernej ilości amoniaku. (**Należy unikać mięsa wołowego i baraniny w przypadku nadwyżek żelaza**).
- ✓ Jajka i majonez (jeśli brak alergii)
- ✓ Fasola, fasolka szparagowa, bób, cieciora i soczewica
- ✓ Kakao lub karob, jeśli występuje alergia na czekoladę
- ✓ Naturalne substancje słodzące w bardzo niewielkiej ilości, takie jak miód, stewia czy ksylitol.



*Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico*

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Niektóre istotne względy związane z rozpoczęciem diety i suplementacji

- ❖ Całkowity cholesterol
- ❖ Żelazo całkowite (podwyższony lub obniżony poziom żelaza zmienia całą perspektywę)
- ❖ Waga, rozmiar, wiek
- ❖ Poziom kwasów organicznych lub SNP
- ❖ Poziom wapnia i magnezu w moczu
- ❖ Poziom witaminy D, jodu i inne niedobory składników odżywczych
- ❖ Dysbioza jelitowa?
- ❖ Wskazania medyczne na podstawie wspomnianych wyników wraz z innymi przeprowadzonymi badaniami (badaniem biometrycznym, hormonami tarczycowymi, nadnerczy, poziomem glukozy, itp.).
- ❖ Jest to jedynie dieta wstępna. Można ją dodać do innych diet/ połączyć z innymi dietami.
  - Z dietą o niskim poziomie oksalatów?
  - Dieta o niskiej zawartości węglowodanów? Dieta specyficznych węglowodanów, paleo, GAPS, ketogeniczna?
  - Czy istnieją alergie żywnościowe?





# Każda dieta lecznicza powinna

**Usuwać:** Powinna unikać szkodliwych pokarmów i substancji

- Sztucznych dodatków
- Glutenu, kazeiny, soi, kukurydzy, fenoli, oksalatów, skrobi

**Przywrócić dobrostan:** Powinna zwiększyć ilość zdrowych pokarmów

- Pokarmów nieprzetworzonych i kompletnych
- Żywności organicznej i hodowanej lokalnie
- Pokarmów sfermentowanych: bogatych w probiotyki
- Mięsa i jajek zwierząt żywionych trawą
- Dobrych tłuszczów



*Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico*

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

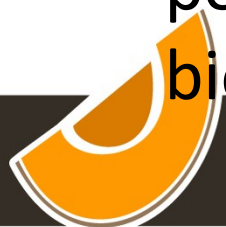
## Inne istotne względy

- Nasze pokarmy nie zawierają składników odżywczych, które były w nich kiedyś obecne, w szczególności witamin i minerałów
- Dodatki, takie jak barwniki, substancje słodzące i sztuczne konserwanty stanowią znaczące, dodatkowe obciążenie dla naszych organów wydalniczych
- Żywność genetycznie modyfikowana jest coraz popularniejsza i często dochodzi do przekazania nowych protein, które nie są właściwie zidentyfikowane i mogą wyzwać znaczące reakcje alergiczne
- Nigdy dzieci nie były tak narażone na śmieciowe jedzenie bez odpowiednich walorów odżywczych, jak obecnie
- OTYŁOŚĆ DZIECIĘCA



# Nie istnieje dieta „pasująca do każdego”

- Dieta, która pomaga jednej osobie, może nie pomóc drugiej (gdyż ma odmienne potrzeby)
- Niewłaściwa dieta może pogorszyć problem
- Specjalne diety powinny być spersonalizowane: są to diety eliminujące lub dodające określone pokarmy/produkty podstawowe
- Niektóre znane diety (DSW, Paleo, itp.) być może trzeba będzie połączyć z bardziej spersonalizowanym podejściem (odżywianiem zindywidualizowanym biologicznie)



***Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico***

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

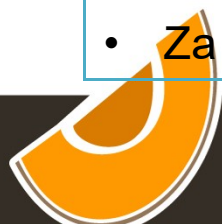
# Rodzaje diet pozbawionych zbóż

- Dieta specyficznych węglowodanów (DSW) i dieta jelita i objawów psychologicznych (Dieta GAPS )
  - Usuwają di- i polisacharydy
  - Zezwalają na spożywanie określonych rodzajów fasoli
- Paleo
  - Usuwa zboża i fasolę, jak również dodatek cukru, są jednak wyjątki (algi, aloes, siemię lniane, chia)
  - Niektórzy autorzy Paleo nie usuwają wszystkich skrobiowych warzyw korzeniowych (słodkich ziemniaków-batatów)



# Diety pozbawione zbóż: Różnice

DSW (dieta specyficznych węglowodanów) i GAPS	Paleo/Pierwotna
<p><b>Nie pozwala na spożywanie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Zbóż czy pseudozbóż</li><li>• Produktów skrobiowych: amarantusa, mączki z tapioki</li><li>• Batatów czy produktów skrobiowych</li><li>• Cukru rafinowanego</li><li>• Polisacharydów: siemienia lnianego, alg, aloesu</li></ul> <p><b>Pozwala na spożywanie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Miodu</li><li>• Sfermentowanych produktów mlecznych, jeżeli są tolerowane</li><li>• Określonych rodzajów fasoli/ warzyw strączkowych</li></ul> <p>• Za pozwoleniem: J. Matthews</p>	<p><b>Nie pozwala na spożywanie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Zbóż czy pseudozbóż</li><li>• Produktów skrobiowych: amarantusa, mączki z tapioki</li><li>• Batatów czy produktów skrobiowych</li><li>• Cukru rafinowanego</li><li>• Fasoli/ warzyw strączkowych</li><li>• Nabiału</li></ul> <p><b>Pozwala na spożywanie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Miodu</li><li>• Niektórych polisacharydów, takich jak siemię lniane, algi i aloes</li></ul> <p>W zależności od autora/ punktu widzenia</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Opcjonalnie można spożywać bataty (słodkie ziemniaki)</li></ul>



# Sposób działania

Eliminowane są disacharydy i polisacharydy, które bez odpowiednich enzymów i absorpcji mogą przekształcić się w pożywienie dla bakterii/ dysbiozę, co może prowadzić do stanów zapalnych, biegunki, zaparc, gazów i wzdęć brzucha.

Tym samym przerywa się cykl odżywiania bakterii, pomaga się w wyleczeniu jelita, łagodzi uszkodzenia wywołane określonymi pokarmami i wspiera normalną równowagę flory bakteryjnej.



# DSW/ GAPS specyfikacje

## Pokarmy, których należy unikać

- Nie należy spożywać zbóż czy kukurydzy
- Nie należy spożywać ziemniaków (zwykajnych lub słodkich)
  - Nie należy spożywać soi i jej produktów
  - Nie należy spożywać cukrów z wyjątkiem miodu
- Nie należy spożywać mączki kukurydzianej, amarantusa, tapioki, agaru-agaru czy karagenin
- Nie należy spożywać pektyn w marmoladach
- Nie należy spożywać czekolady czy karobu
  - Nie należy spożywać proszku do pieczenia (soda oczyszczona jest OK w przypadku ZSA)

## Pokarmy, które należy spożywać

- ✓ Warzywa (bez skrobi)
- ✓ Owoce
- ✓ Sok owocowy niezagęszczony
- ✓ Miodu
- ✓ Mięsa
- ✓ Jajka (jeżeli są tolerowane)
- ✓ Orzechy (mleka orzechowe) i pestki (jeśli są tolerowane)
- ✓ Określone rodzaje fasoli
- ✓ Masło klarowane i oleje



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Rozpoczęcie diety

- Należy poinformować rodziców o możliwych reakcjach w okresie abstynencji od opiatów (hiperaktywność, niepokój, złe samopoczucie, itp.)
- Należy wspierać rodziców, wydając im dokument lub poświadczenie dla szkoły, dotyczące ograniczeń diety pacjenta i należy dołączyć wyniki badań na obecność alergii pokarmowych
- Należy wprowadzić powoli substytut mleka w proporcji 1 x 2 części mleka, a następnie 2x2 aż do momentu podawania wyłącznie mleka roślinnego. Następnie należy usunąć gluten





# Rozpoczęcie diety

- W czasie wizyt kontrolnych należy pytać o dietę lub być w kontakcie z dietetykiem, aby można było upewnić się, że dana osoba spożywa codzienną dawkę **kalorii i substancji odżywczych wymaganych dla wieku i wagi**
- Należy im przypominać, że kluczową cechą tej diety oprócz eliminacji jest substytucja
- Należy uwzględnić podawanie wapnia za pośrednictwem diety lub suplementów
- Należy zalecić stosowanie węgla aktywowanego w przypadku wypadków związanych z dietą oraz zastosowanie enzymów trawiennych



# Wyniki przeciwciał IgG związanych z alergiami

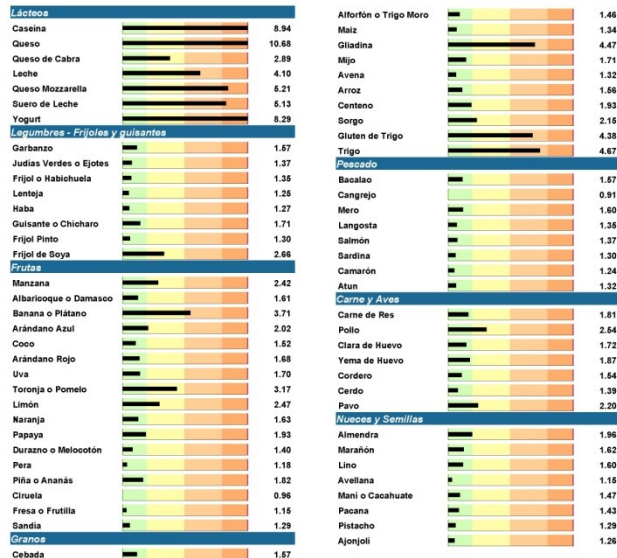


The Great Plains Laboratory, Inc.

William Shaw, Ph.D. Director | 11813 W. 77th Street, Lenexa, KS 66214 | (913) 341-8949 | Fax (913) 341-6207

Número de admisión: Nombre del Médico:  
 Nombre del Paciente: Fecha de toma de muestra:  
 Edad del paciente: 3 Hora de toma de muestra:  
 Sexo del Paciente: M Fecha de impresión:

## Examen Completo Alergias Alimentarias IgG + C. albicans y S. cerevisiae 94



Testing performed by The Great Plains Laboratory, Inc., Lenexa, Kansas. The Great Plains Laboratory has developed and determined the performance characteristics of this test. This test has not been evaluated by the U.S. Food and Drug Administration.



The Great Plains Laboratory, Inc.

William Shaw, Ph.D. Director | 11813 W. 77th Street, Lenexa, KS 66214 | (913) 341-8949 | Fax (913) 341-6207

Número de admisión: Nombre del Médico:  
 Nombre del Paciente: Fecha de toma de muestra:  
 Edad del paciente: 3 Hora de toma de muestra:  
 Sexo del Paciente: M Fecha de impresión:

## Examen Completo Alergias Alimentarias IgG + C. albicans y S. cerevisiae 94



Testing performed by The Great Plains Laboratory, Inc., Lenexa, Kansas. The Great Plains Laboratory has developed and determined the performance characteristics of this test. This test has not been evaluated by the U.S. Food and Drug Administration.

Resumen de resultados			
<b>Alta</b>	Queso	Caséina	Candida Albicans
	Yogurt	Levadura de Cerveza*	Levadura de Pan*
	Queso Mozzarella	Suero de Leche	
<b>Moderada</b>	Trigo	Giladina	Gluten de Trigo
	Leche	Banana o Plátano	
<b>Baja</b>	Toronja o Pomelo	Queso de Cabra	Frijol de Soya
	Pollo	Limón	Manzana
	Espárrago	Pavo	Sorgo
	Zanahoria	Brócoli	Arándano Azul



Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

**Linca**  
 Liga de Intervención Nutricional  
 contra Autismo e Hiperactividad A.C.

## Niektóre zalecenia dr Donalda Vegi, eksperta kostarykańskiego w dziedzinie celiakii

Proszę postarać się o oparcie diety na owocach, warzywach i mięsach, wykluczając w miarę możliwości produkty przetworzone i substytuty bezglutenowe lub pozbawione glutenu.

Proszę wyeliminować pszenicę, żyto, owies\*, kukurydzę\*\*, nabiał i jego pochodne.

Zalecenie wprowadzania glutenu pomiędzy 4 i 6 miesiącem życia w celu zmniejszenia ryzyka wystąpienia celiakii nie ma już zastosowania; im później wprowadzimy gluten, tym lepiej!



## Niektóre zalecenia dr Donalda Vegi, eksperta kostarykańskiego w dziedzinie celiakii

Powinni mieć Państwo talerze, szklanki, łyżki, widelce i inne sztucze do wyłącznego użytku osoby z wrażliwością, które nie będą miały kontaktu z przedmiotami innych członków rodziny

Nigdy nie mogą Państwo stołować się w restauracji, która nie posiada certyfikatu restauracji beżglutenowej.

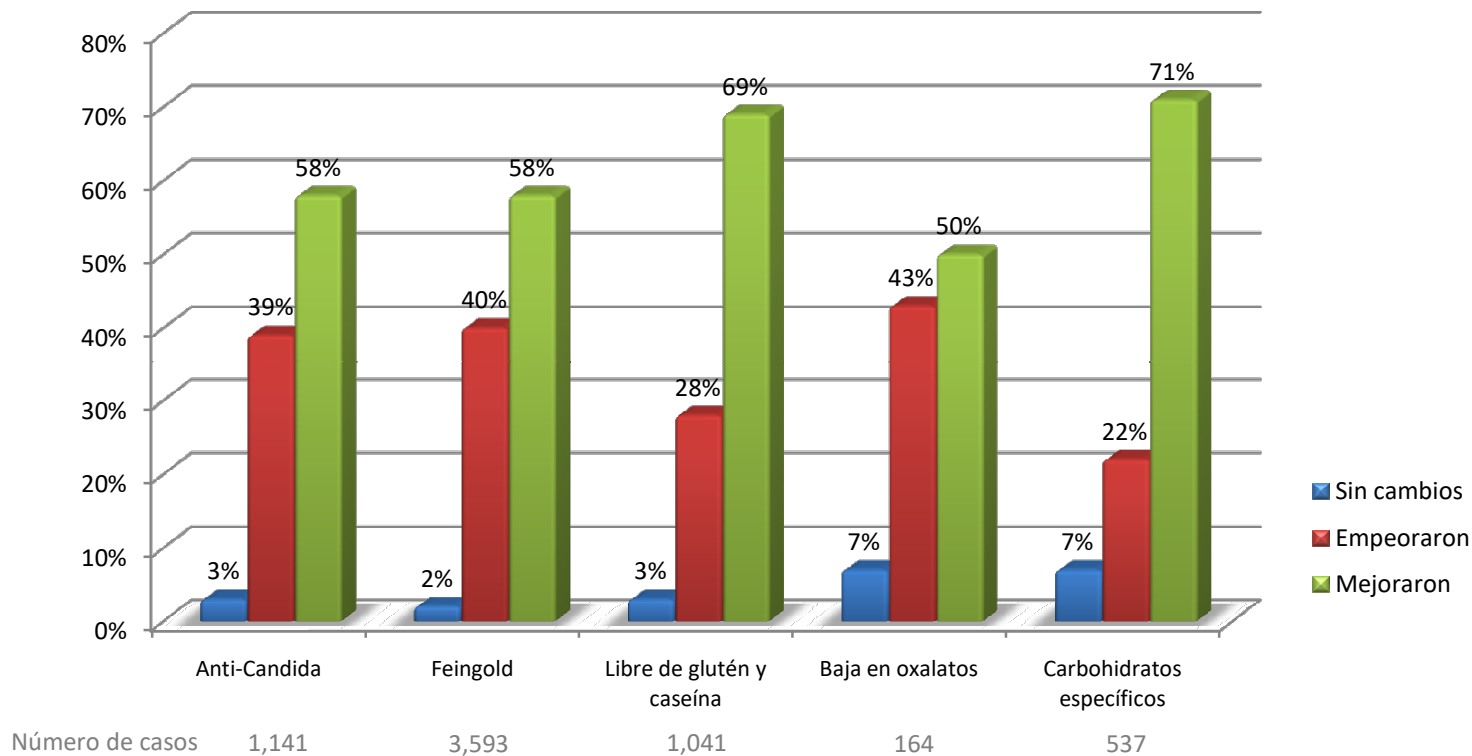
Należy uważać na leki, ponieważ wiele z nich zawiera pszenicę. Mogą Państwo odwiedzić stronę [www.glutenfreedrugs.com](http://www.glutenfreedrugs.com) w celu zapoznania się z lekami niezawierającymi glutenu



***Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico***

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Wpływ na zachowanie dzieci z autyzmem w przypadku zastosowania różnych, określonych diet



Źródło: Instytut badań nad Autyzmem, marzec 2009 r.



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw

# Co można osiągnąć za pomocą diety?

Można powstrzymać uszkodzenia mózgu!



*Shattock P i in. Rola neuropeptydów w autyzmie i ich związek z klasycznymi neuroprzebieżnikami. Dysfunkcja mózgu 3: 328-345,1990*



**Intervención nutricional. Paso inicial del tratamiento biomédico**

Dra. Leticia Domínguez - Shaw



Liga de Intervención Nutricional  
contra Autismo e Hiperactividad A.C.

*Dziękujemy!*



Dra. Leticia Domínguez - Shaw