

Comunicato Stampa del 20 gennaio 2014

---



Elaine Gottschall

## **Intestino Sano con la Dieta dei Carboidrati Specifici**

*L'alimentazione ottimale per: autismo, celiachia, colite ulcerosa, diarrea, diverticolite, fibrosi cistica, malattia di Crohn. Con 100 squisite ricette.*

**Macro Edizioni**

**Collana:** Salute e Alimentazione

**Isbn:** 9788862296199

**Pagine:** 256 – **Prezzo:** €14,50

Non sono i singoli alimenti a causare i problemi intestinali, bensì i *sottoprodotti* dell'ingestione di determinati cibi: è su questo presupposto che si basano le più moderne teorie sull'origine delle allergie alimentari.

E proprio questa teoria è stata illustrata per la prima volta nel 1991 dal dottor statunitense J.O. Hunter in un articolo considerato epocale apparso su “**The Lancet**”, una delle più prestigiose riviste specializzate nel settore medico.

La “**dieta a base di carboidrati specifici**” che Elaine Gottschall descrive in questo suo libro è un riconoscimento della teoria di Hunter. Un altro articolo pubblicato su “The Lancet” sottolinea la frequenza delle intolleranze al mais, al grano, al latte, alle patate e alla segale, e questo può essere il motivo per cui i pazienti che ottengono scarsi benefici dalle diete prive di glutine e di lattosio reagiscono così bene al regime alimentare illustrato in questo libro. Tale dieta affronta l'intolleranza ai carboidrati in modo più ampio rispetto ad altri approcci e sta aiutando tanti pazienti a superare diverse patologie: dalla malattia di Crohn alla colite ulcerosa, dalla diverticolite, alla diarrea cronica, dalla celiachia all'autismo.

L'autrice, biologa ed esperta in nutrizione, rivela il ciclo di eventi che si verificano nell'intestino delle persone colpite da quei disturbi e il modo in cui la *Dieta dei carboidrati specifici* può spezzare il circolo vizioso che porta alla malattia, permettendo all'organismo di riprendere a funzionare normalmente.

Il libro contiene anche un **ricettario con 100 squisite ricette** semplici e veloci da preparare, per seguire la *Dieta dei carboidrati specifici* senza dimenticare il piacere del buon cibo.