

# **PRECAUZIONI DIETETICHE GENERALI PER I SOGGETTI INTOLLERANTI ALL'ACIDO ACETILSALICILICO (ASA)**

## **ALIMENTI CONTENENTI ASA**

### ***Frutta e verdura***

- mandorle
- mele
- albicocche
- more, mirtilli, lamponi, fragole
- uva, uva spina, uva passa e derivati (vino, aceto, gelatine)
- ciliegie
- pesche
- arance
- banane
- pomodori e derivati (salse, sughi)
- cetrioli

Particolare attenzione deve essere posta da parte dei soggetti intolleranti ad **alimenti o altri prodotti che contengono ASA come conservante** in quanto è possibile che talora possano scatenare una reazione analoga a quella indotta dal farmaco. Tra questi:

- ALIMENTI: gelati preconfezionati, dolci preconfezionati, gomma da masticare, menta, gelatine, wurstel, prosciutto cotto, chiodi di garofano, marmellate e conserve, derivati dell'uva.
- BEVANDE: tutti i distillati (ad eccezione della vodka), vini, birre, aceto, bevande dietetiche, bevande gassate.
- ALTRI: dentifrici alla menta, colluttori, profumi e saponi.

## **DIETA PER I SOGGETTI CON INTOLLERANZA ALL'ACIDO ACETILSALICILICO**

### ***Dieta base:***

- Thè, caffè con zucchero
- Pane tostato
- Pasta o riso bollito in acqua, conditi con olio extravergine di oliva
- Carne di manzo o vitello lessata (in acqua e sale) o ai ferri
- Uova alla coque o sode
- Patate lesse o fritte in olio extravergine di oliva
- Pere
- Formaggio parmigiano
- Acqua minerale naturale

***Alimenti per integrazione della dieta base (da aggiungere singolarmente e per almeno tre giorni consecutivi, per valutarne l'eventuale capacità di causare sintomatologia):***

- Semolino
  - Tacchino, Coniglio, agnello, prosciutto crudo (non conservato)
  - Carote, zucchine, insalata, carciofi, radicchio
  - Latte fresco, formaggi freschi non conservati e non fermentati
  - Ananas fresco, mandarini, mele sbucciate
  - Zucchero di canna
- 
- EVITARE POMODORI E DERIVATI (SALSE, SUGHI)
  - PORRE PARTICOLARE ATTENZIONE AI CIBI SERVITI NEI RISTORANTI
  - EVITARE TUTTI I CIBI CHE CONTENGANO ADDITIVI, COLORANTI O CONSERVANTI.