

# Um exame para balancear a dieta

Hudson Pontes



■ OBTIDO A PARTIR da análise do sangue, o resultado do Alcat Test deve ser analisado por um médico

Teste recém-lançado no Brasil avalia reações no organismo a cem tipos de alimentos e a 20 corantes

Por Flávia Rodrigues  
flaviar@oglobo.com.br

• Um exame denominado **Alcat Test**, realizado a partir do sangue, permite avaliar as reações no organismo de cada pessoa durante a ingestão de comida. A novidade chegou ao Rio há menos de um mês, embora tenha sido lançada há 15 anos nos Estados Unidos. O Alcat Test permite a verificação de intolerância a cem tipos de alimentos e a 20 corantes. A partir de informações sobre o metabolismo, é possível elaborar dietas e evitar problemas como fadiga crônica, retenção de líquidos, dores de cabeça e transtornos gastrointestinais.

Juan Carlos Serrat, diretor mundial do Laboratório espanhol CIC, responsável pela dis-

tribuição do teste, explica que o resultado deve sempre ser submetido à avaliação de um médico ou nutricionista.

— É preciso ter critério na hora de retirar um alimento da dieta porque é com ele que a pessoa está acostumada. A súbita ausência do componente no corpo pode trazer problemas colaterais — diz ele.

O exame já foi aplicado em três milhões de pessoas no mundo. Recentemente, todo o time do Barcelona foi submetido à análise. Foram criadas dietas personalizadas para os jogadores. No Rio, o teste é feito pelo Laboratório Richet Barra.

O Alcat Test analisa a reação das células humanas. O corpo libera toxinas quando ingere um alimento que não lhe faz bem. O desconforto é sentido quando o sistema imunológico não consegue regular a situação.

• **LABORATÓRIO RICHEL BARRA:** Avenida das Américas 4.801, loja D. Tel.: 3184-3000.