



DUEMILA  
VENTI  
QUATTRO





Non si vola mai al primo tentativo, ma ci riuscirai.

Luis Sepúlveda

<b>1</b> lun	<b>17</b> mer
<b>2</b> mar	<b>18</b> gio
<b>3</b> mer	<b>19</b> ven
<b>4</b> gio	<b>20</b> sab
<b>5</b> ven	<b>21</b> dom
<b>6</b> sab	<b>22</b> lun
<b>7</b> dom	<b>23</b> mar
<b>8</b> lun	<b>24</b> mer
<b>9</b> mar	<b>25</b> gio
<b>10</b> mer	<b>26</b> ven
<b>11</b> gio	<b>27</b> sab
<b>12</b> ven	<b>28</b> dom
<b>13</b> sab	<b>29</b> lun
<b>14</b> dom	<b>30</b> mar
<b>15</b> lun	<b>31</b> mer
<b>16</b> mar	

## Dicembre 2023

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
				1	2	<b>3</b>
4	5	6	7	<b>8</b>	9	<b>10</b>
11	12	13	14	15	16	<b>17</b>
18	19	20	21	22	23	<b>24</b>
<b>25</b>	<b>26</b>	27	28	29	30	<b>31</b>

## Febbraio 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
			1	2	3	<b>4</b>
5	6	7	8	9	10	<b>11</b>
12	13	14	15	16	17	<b>18</b>
19	20	21	22	23	24	<b>25</b>
26	27	28	29			

# Gennaio 2024



**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:

Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)





La rovina è la completezza del progetto lasciato aperto alle sue dinamiche interne, (...): tra il non ancora e il non più.

George Simmel

1	gio
2	ven
3	sab
4	dom
5	lun
6	mar
7	mer
8	gio
9	ven
10	sab
11	dom
12	lun
13	mar
14	mer
15	gio
16	ven

17	sab
18	dom
19	lun
20	mar
21	mer
22	gio
23	ven
24	sab
25	dom
26	lun
27	mar
28	mer
29	gio

## Gennaio 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## Marzo 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
					1	2
					3	4
	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

# Febbraio 2024



**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)





Io devo forse ai fiori l'essere  
diventato pittore.

Claude Monet

1	ven
2	sab
3	dom
4	lun
5	mar
6	mer
7	gio
8	ven
9	sab
10	dom
11	lun
12	mar
13	mer
14	gio
15	ven
16	sab

17	dom
18	lun
19	mar
20	mer
21	gio
22	ven
23	sab
24	dom
25	lun
26	mar
27	mer
28	gio
29	ven
30	sab
31	dom

## Febbraio 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

## Aprile 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

## Marzo 2024

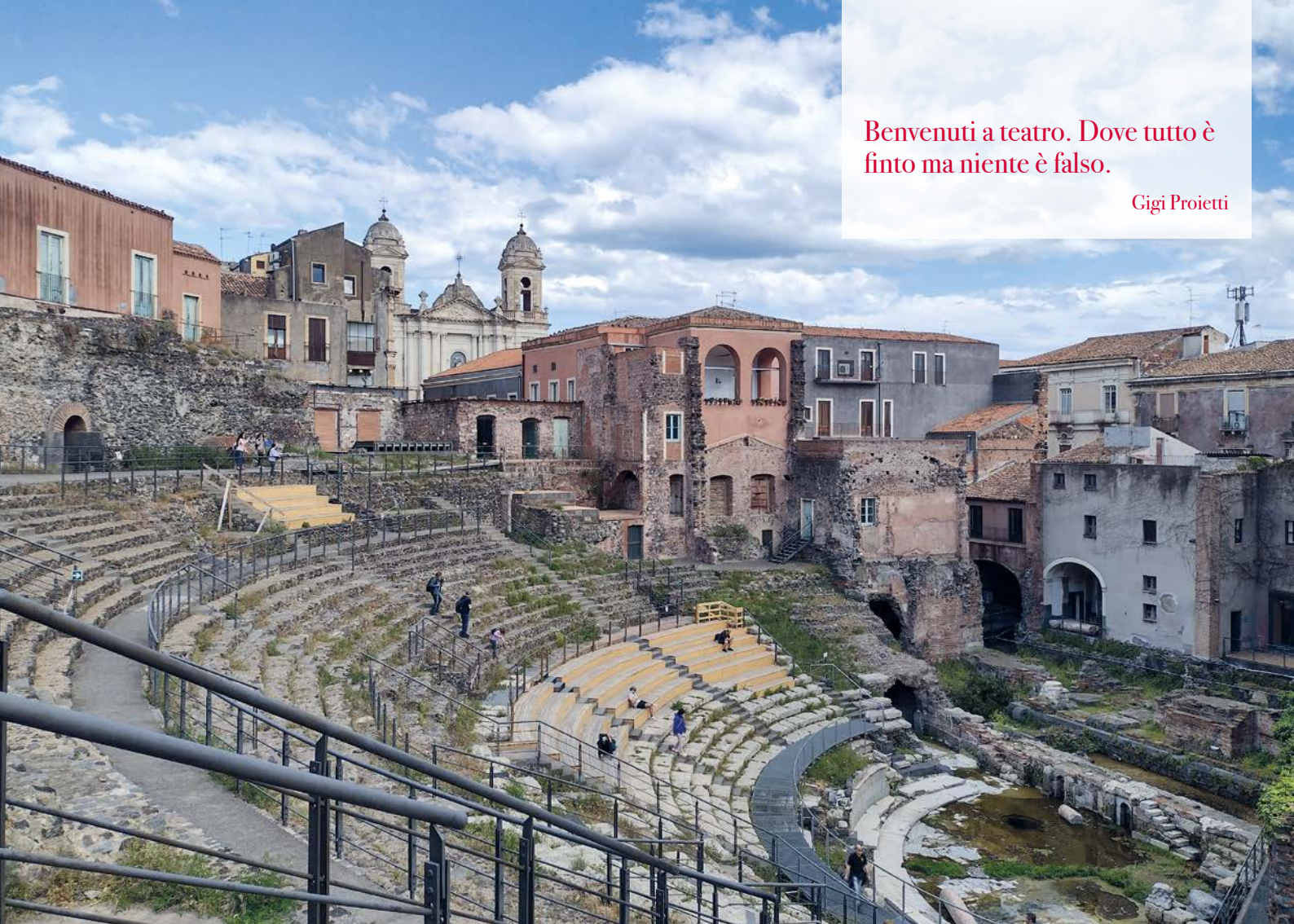


**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)





Benvenuti a teatro. Dove tutto è  
finto ma niente è falso.

Gigi Proietti



<b>1</b> lun	<b>17</b> mer
<b>2</b> mar	<b>18</b> gio
<b>3</b> mer	<b>19</b> ven
<b>4</b> gio	<b>20</b> sab
<b>5</b> ven	<b>21</b> dom
<b>6</b> sab	<b>22</b> lun
<b>7</b> dom	<b>23</b> mar
<b>8</b> lun	<b>24</b> mer
<b>9</b> mar	<b>25</b> gio
<b>10</b> mer	<b>26</b> ven
<b>11</b> gio	<b>27</b> sab
<b>12</b> ven	<b>28</b> dom
<b>13</b> sab	<b>29</b> lun
<b>14</b> dom	<b>30</b> mar
<b>15</b> lun	
<b>16</b> mar	

## Marzo 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
				1	2	<b>3</b>
4	5	6	7	8	9	<b>10</b>
11	12	13	14	15	16	<b>17</b>
18	19	20	21	22	23	<b>24</b>
25	26	27	28	29	30	<b>31</b>

## Maggio 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
		<b>1</b>	2	3	4	<b>5</b>
6	7	8	9	10	11	<b>12</b>
13	14	15	16	17	18	<b>19</b>
20	21	22	23	24	25	<b>26</b>
27	28	29	30	31		

## Aprile 2024




**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:

Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)

A large, leafy tree with a thick, gnarled trunk leans over a body of water. The water is calm and reflects the sky and the surrounding greenery. The tree's branches are dense with green leaves, and its trunk is dark brown with some lighter patches. The water is a deep blue-green color, and the reflection of the tree is clearly visible. The sky is blue with some white clouds. The overall scene is peaceful and natural.

Il velo dell'acqua era come uno  
specchio verde.

John Steinbeck



<b>1</b> mer	<b>17</b> ven
<b>2</b> gio	<b>18</b> sab
<b>3</b> ven	<b>19</b> dom
<b>4</b> sab	<b>20</b> lun
<b>5</b> dom	<b>21</b> mar
<b>6</b> lun	<b>22</b> mer
<b>7</b> mar	<b>23</b> gio
<b>8</b> mer	<b>24</b> ven
<b>9</b> gio	<b>25</b> sab
<b>10</b> ven	<b>26</b> dom
<b>11</b> sab	<b>27</b> lun
<b>12</b> dom	<b>28</b> mar
<b>13</b> lun	<b>29</b> mer
<b>14</b> mar	<b>30</b> gio
<b>15</b> mer	<b>31</b> ven
<b>16</b> gio	

## Aprile 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
<b>1</b>	2	3	4	5	6	<b>7</b>
8	9	10	11	12	13	<b>14</b>
15	16	17	18	19	20	<b>21</b>
22	23	24	<b>25</b>	26	27	<b>28</b>
29	30					

## Giugno 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
					1	<b>2</b>
3	4	5	6	7	8	<b>9</b>
10	11	12	13	14	15	<b>16</b>
17	18	19	20	21	22	<b>23</b>
24	25	26	27	28	29	<b>30</b>

# Maggio 2024



**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)



Nessun posto è bello come  
casa mia.

Noel Langley



1	sab
2	dom
3	lun
4	mar
5	mer
6	gio
7	ven
8	sab
9	dom
10	lun
11	mar
12	mer
13	gio
14	ven
15	sab
16	dom

17	lun
18	mar
19	mer
20	gio
21	ven
22	sab
23	dom
24	lun
25	mar
26	mer
27	gio
28	ven
29	sab
30	dom

## Maggio 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## Luglio 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

# Giugno 2024



**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)



Ogni oggetto sopravvissuto al  
Passato è prezioso perché porta  
in sé un'illusione di eternità.

Oriana Fallaci



1 lun	17 mer
2 mar	18 gio
3 mer	19 ven
4 gio	20 sab
5 ven	21 dom
6 sab	22 lun
7 dom	23 mar
8 lun	24 mer
9 mar	25 gio
10 mer	26 ven
11 gio	27 sab
12 ven	28 dom
13 sab	29 lun
14 dom	30 mar
15 lun	31 mer
16 mar	

## Giugno 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## Agosto 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

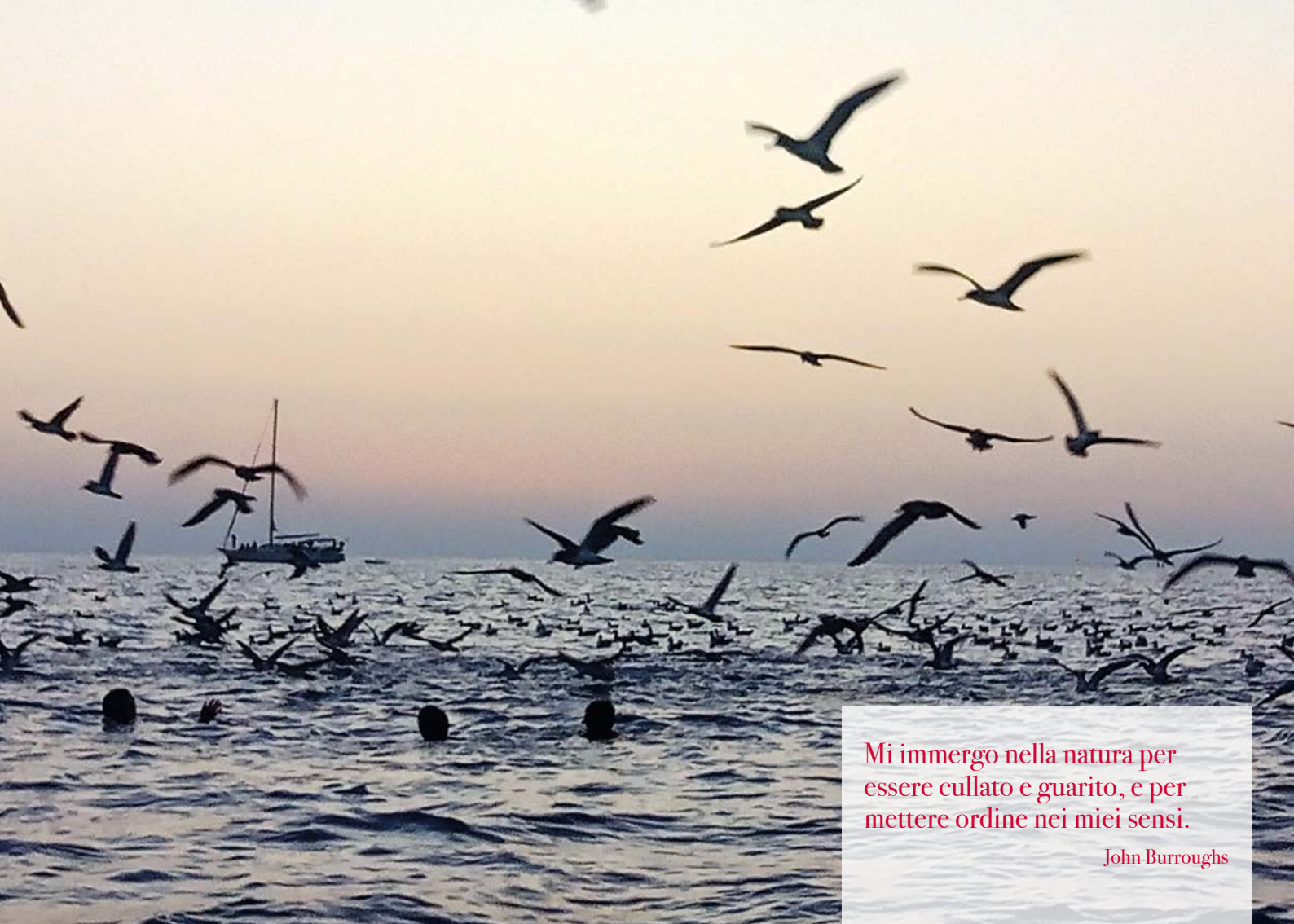
## Luglio 2024



**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)



Mi immergo nella natura per  
essere cullato e guarito, e per  
mettere ordine nei miei sensi.

John Burroughs



1	gio	17	sab
2	ven	18	dom
3	sab	19	lun
4	dom	20	mar
5	lun	21	mer
6	mar	22	gio
7	mer	23	ven
8	gio	24	sab
9	ven	25	dom
10	sab	26	lun
11	dom	27	mar
12	lun	28	mer
13	mar	29	gio
14	mer	30	ven
15	gio	31	sab
16	ven		

## Luglio 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## Settembre 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

# Agosto 2024



**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)

...a bocca aperta senza parole  
nel vedere una mongolfiera  
che si alza piano piano

Lucio Dalla





<b>1</b> dom
<b>2</b> lun
<b>3</b> mar
<b>4</b> mer
<b>5</b> gio
<b>6</b> ven
<b>7</b> sab
<b>8</b> dom
<b>9</b> lun
<b>10</b> mar
<b>11</b> mer
<b>12</b> gio
<b>13</b> ven
<b>14</b> sab
<b>15</b> dom
<b>16</b> lun

<b>17</b> mar
<b>18</b> mer
<b>19</b> gio
<b>20</b> ven
<b>21</b> sab
<b>22</b> dom
<b>23</b> lun
<b>24</b> mar
<b>25</b> mer
<b>26</b> gio
<b>27</b> ven
<b>28</b> sab
<b>29</b> dom
<b>30</b> lun

## Agosto 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
			1	2	3	<b>4</b>
5	6	7	8	9	10	<b>11</b>
12	13	14	<b>15</b>	16	17	<b>18</b>
19	20	21	22	23	24	<b>25</b>
26	27	28	29	30	31	

## Ottobre 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
	1	2	3	4	5	<b>6</b>
7	8	9	10	11	12	<b>13</b>
14	15	16	17	18	19	<b>20</b>
21	22	23	24	25	26	<b>27</b>
28	29	30	31			

## Settembre 2024



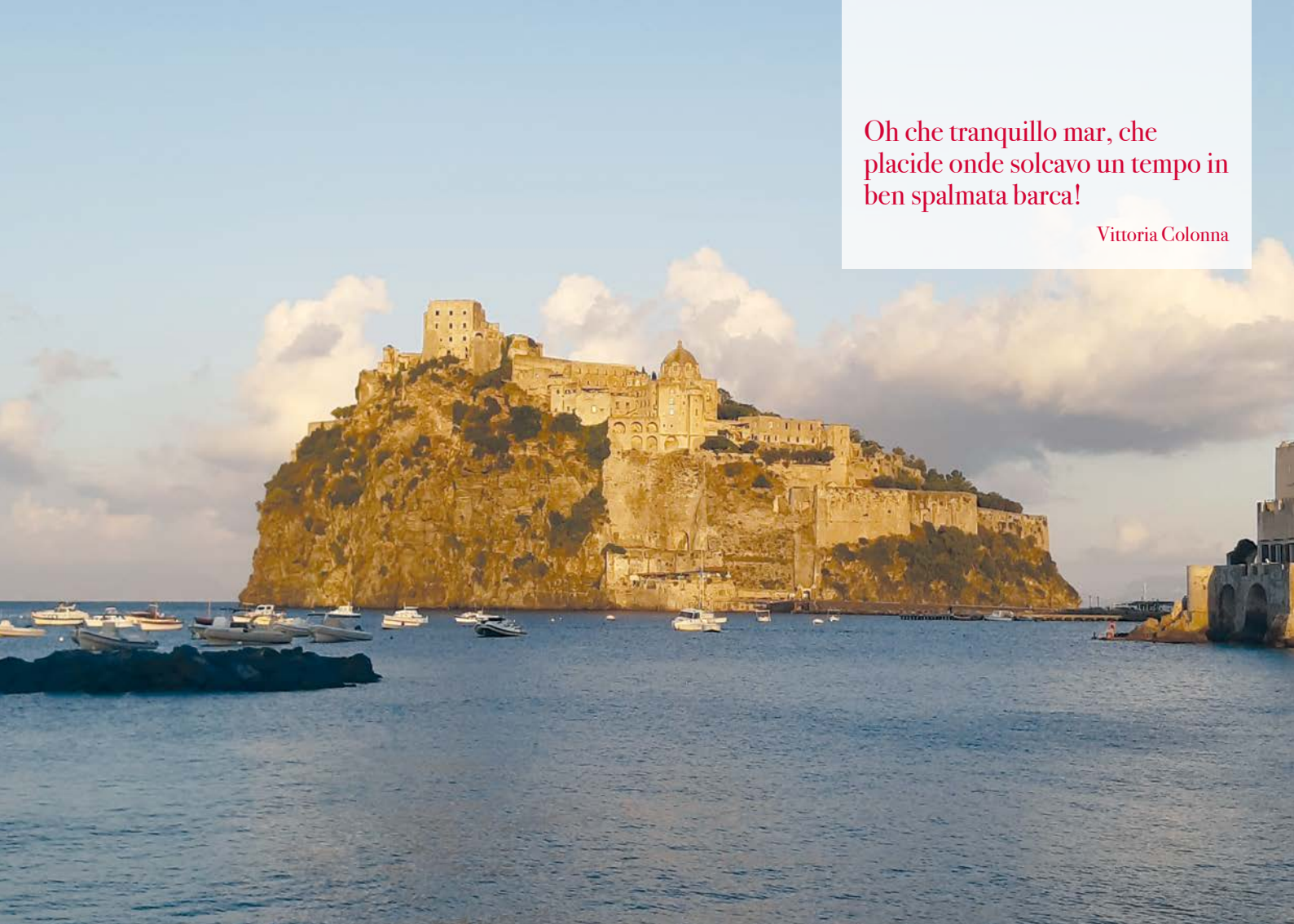
**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)

Oh che tranquillo mar, che  
placide onde solcavo un tempo in  
ben spalmata barca!

Vittoria Colonna





1	mar
2	mer
3	gio
4	ven
5	sab
6	dom
7	lun
8	mar
9	mer
10	gio
11	ven
12	sab
13	dom
14	lun
15	mar
16	mer

17	gio
18	ven
19	sab
20	dom
21	lun
22	mar
23	mer
24	gio
25	ven
26	sab
27	dom
28	lun
29	mar
30	mer
31	gio

## Settembre 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

## Novembre 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
						1
					2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

## Ottobre 2024



**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:

Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)

La bellezza non è che il  
disvelamento di una tenebra  
caduta e della luce che ne è  
venuta fuori.

Alda Merini





<b>1</b> ven
<b>2</b> sab
<b>3</b> dom
<b>4</b> lun
<b>5</b> mar
<b>6</b> mer
<b>7</b> gio
<b>8</b> ven
<b>9</b> sab
<b>10</b> dom
<b>11</b> lun
<b>12</b> mar
<b>13</b> mer
<b>14</b> gio
<b>15</b> ven
<b>16</b> sab

<b>17</b> dom
<b>18</b> lun
<b>19</b> mar
<b>20</b> mer
<b>21</b> gio
<b>22</b> ven
<b>23</b> sab
<b>24</b> dom
<b>25</b> lun
<b>26</b> mar
<b>27</b> mer
<b>28</b> gio
<b>29</b> ven
<b>30</b> sab

## Ottobre 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
		1	2	3	4	5 <b>6</b>
7	8	9	10	11	12	<b>13</b>
14	15	16	17	18	19	<b>20</b>
21	22	23	24	25	26	<b>27</b>
28	29	30	31			

## Dicembre 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
						<b>1</b>
2	3	4	5	6	7	<b>8</b>
9	10	11	12	13	14	<b>15</b>
16	17	18	19	20	21	<b>22</b>
<sup>23</sup> / <sub>30</sub>	<sup>24</sup> / <sub>31</sub>	<b>25</b>	<b>26</b>	27	28	<b>29</b>


## Novembre 2024



**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)

A wide-angle photograph of a sailboat on the water during sunset. The sky is filled with soft, wispy clouds, transitioning from a pale blue on the left to a warm orange and yellow on the right where the sun is setting. The water is dark blue with gentle ripples. In the background, there are dark, silhouetted hills or mountains. The overall mood is peaceful and nostalgic.

Conosco delle barche  
straboccanti di sole perché  
hanno condiviso anni  
meravigliosi.

Jacques Brel



<b>1</b> dom
<b>2</b> lun
<b>3</b> mar
<b>4</b> mer
<b>5</b> gio
<b>6</b> ven
<b>7</b> sab
<b>8</b> dom
<b>9</b> lun
<b>10</b> mar
<b>11</b> mer
<b>12</b> gio
<b>13</b> ven
<b>14</b> sab
<b>15</b> dom
<b>16</b> lun

<b>17</b> mar
<b>18</b> mer
<b>19</b> gio
<b>20</b> ven
<b>21</b> sab
<b>22</b> dom
<b>23</b> lun
<b>24</b> mar
<b>25</b> mer
<b>26</b> gio
<b>27</b> ven
<b>28</b> sab
<b>29</b> dom
<b>30</b> lun
<b>31</b> mar

## Novembre 2024

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
				<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
4	5	6	7	8	9	<b>10</b>
11	12	13	14	15	16	<b>17</b>
18	19	20	21	22	23	<b>24</b>
25	26	27	28	29	30	

## Gennaio 2025

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
		<b>1</b>	2	3	4	<b>5</b>
<b>6</b>	7	8	9	10	11	<b>12</b>
13	14	15	16	17	18	<b>19</b>
20	21	22	23	24	25	<b>26</b>
27	28	29	30	31		

## Dicembre 2024



**ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FRUTTOSEMICI  
ONLUS**

Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b 80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17 - [www.aifrut.it](http://www.aifrut.it) - [info@aifrut.it](mailto:info@aifrut.it)

 [facebook.com/groups/aifrut](https://facebook.com/groups/aifrut)

## Cos'è la fruttosemia

- È una malattia metabolica ereditaria dovuta alla mancanza dell'enzima aldolasi-B
- Chi è affetto da fruttosemia non è in grado di metabolizzare il fruttosio
- La modalità di trasmissione è autosomica recessiva
- Il gene per l'aldolasi B è nel cromosoma 9q13-32.
- In Italia gli alleli più frequentemente coinvolti nell'intolleranza al fruttosio sono l'A149P e A174D, mentre mutazioni quali MDdelta4, N334K e delta-6 e x6 sono meno frequenti.

## I pericoli

*L'assunzione di fruttosio causa:*

- Gravi danni al fegato, steatosi, cirrosi
- Danni ai reni
- Forti crisi ipoglicemiche
- Coma
- Morte, il rischio è particolarmente elevato nei primi mesi di vita

## I sintomi nei primi mesi di vita

*I primi sintomi compaiono nel periodo dello svezzamento o prima nei soggetti alimentati con latte in formula essi sono:*

- Rifiuto di cibi contenenti fruttosio
- Vomito
- Diarrea
- Ritardo di crescita
- Ipoglicemia



**ASSOCIAZIONE ITALIANA  
FRUTTOSEMICI - ONLUS**



## La diagnosi e la terapia

La diagnosi si ottiene attraverso un prelievo di sangue grazie al

### Test del DNA

Altri metodi, altamente sconsigliati in quanto invasivi e pericolosi sono:

- Biopsia epatica
- Test da carico di fruttosio

L'unica terapia è la dieta priva di:

- fruttosio
- saccarosio (E420)
- Sciroppo di glucosio
- Caramello (E150)
- Levulosio - Sucralosio (E955)
- Xilitolo (E967) - Isomalto (E953)
- Maltitolo (E 965)
- Mannitolo (E421)

## 5 per mille

In Italia il contribuente può decidere

di destinare il 5 per mille alle Associazioni di pazienti per il finanziamento di progetti specifici

In occasione della compilazione del modello fiscale inserendo la p.iva dell' AIF **94211650638** verrà finanziata la ricerca e la divulgazione scientifica sulla fruttosemia.

**NON COSTA NULLA**

## Malattia Rara Esente da ticket

Esiste un elenco ben definito di malattie rare alle quali il SSN riconosce l'esenzione dalla partecipazione al costo delle relative prestazioni, tra queste la fruttosemia il cui codice di esenzione da indicare nella ricetta medica è **RCG060**



**ASSOCIAZIONE ITALIANA  
FRUTTOSEMICI - ONLUS**

## Il fruttosio è ovunque

*Il fruttosio e gli altri zuccheri proibiti vengono inoltre comunemente utilizzati come additivi o edulcoranti in:*

- alimenti preconfezionati
- insaccati
- salse
- condimenti
- farmaci

*Gli zuccheri proibiti sono presenti naturalmente in gran parte degli alimenti di origine vegetale:*

- frutta
- verdura
- ortaggi
- legumi

## Etichettatura

### **\*\*Novità\*\***

*A partire dal 13 dicembre 2016 sarà obbligatoria l'etichetta nutrizionale:*

*La dichiarazione obbligatoria riguarda anche i carboidrati, con specifico riferimento agli zuccheri, espressi come quantità per 100g o per 100 ml o per porzione. Attenzione però perché è prevista una deroga per gli "alimenti, anche confezionati in maniera artigianale, forniti direttamente dal fabbricante di piccole quantità di prodotti al consumatore finale".*

## Forse non tutti sanno che...

*Gli zuccheri vietati sono talvolta utilizzati nella conservazione e nella composizione di alimenti di uso comune quali:*

- Pesce congelato
- Insaccati
- Impasto delle pizze
- Miscela Caffè espresso

***Dunque è bene informarsi prima della consumazione!***



**ASSOCIAZIONE ITALIANA  
FRUTTOSEMICI - ONLUS**



## I consigli del Pediatra

*La diagnosi precoce è determinante per ridurre i danni determinati dall'assunzione degli zuccheri proibiti ed eliminare i rischi più gravi per i piccoli pazienti.*

*Al pediatra il compito di sospettare la fruttosemia al manifestarsi di uno o più dei sintomi tipici: (vomito, diarrea, ritardo di crescita, ipotonia o rifiuto di cibi dolci). In tali casi, ed in particolare se le indagini cliniche dovessero far emergere ipertransaminasemia, ipoglicemia, o steatosi epatica indirizzare il paziente verso il centro di riferimento per le malattie metaboliche.*

## La ricerca

*Da iniziali studi su un piccolo numero di pazienti con intolleranza ereditaria al fruttosio sembrerebbe che i soggetti con mutazione Y203X e A149P rispetto a quelli con mutazione A174D presentano una maggiore tolleranza a piccole quantità di fruttosio presenti nella dieta.*

*Nei bambini con IEF la gravità dei sintomi correla con l'età di esposizione al fruttosio: più precoce è l'epoca di esposizione allo zucchero, più severa è la reazione.*

## La Dieta

*I centri di riferimento sono concordi nel vietare tassativamente tutti gli alimenti contenenti zuccheri proibiti nei primi anni di vita. Alcuni centri, a beneficio di una dieta il più possibile equilibrata, introducono negli anni alcuni alimenti con contenuto di fruttosio inferiore a 0,5g per 100g di prodotto (es. sedano, funghi, spinaci, alcune varietà di fagioli, patate bianche, avocado) o con contenuto tra 0,5 ed 1,0g per 100 di prodotto (es. asparagi, broccoli, cavolo, cavolfiore, carciofi, porri, rapa, lattuga ceci).*



**ASSOCIAZIONE ITALIANA  
FRUTTOSEMICI - ONLUS**

# duemilaventicinque

## Gennaio

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## Maggio

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## Settembre

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

## Febbraio

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

## Giugno

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
<sup>23</sup> / <sub>30</sub>	24	25	26	27	28	29

## Ottobre

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## Marzo

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
<sup>24</sup> / <sub>31</sub>	25	26	27	28	29	30

## Luglio

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## Novembre

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## Aprile

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

## Agosto

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## Dicembre

Lu	Ma	Me	Gi	Ve	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

**Destina il 5 x mille all'AIF**  
**C.F. 94211650638**

**BANCA INTESA - FILIALE 55000 Accentrata Ter S**  
**IBAN: IT93 K030 6909 6061 0000 0109 094**





Segreteria nazionale:  
Calata Capodichino, 211 is. 9/b  
80141 Napoli  
Tel/fax 081.599.09.17

[www.aifrut.it](http://www.aifrut.it)  
info@aifrut.it

**Destina il 5 x mille all'AIF**  
**C.F. 94211650638**

**BANCA INTESA - FILIALE 55000 Accentrata Ter S**  
**IBAN: IT93 K030 6909 6061 0000 0109 094**