

[Agi NewsOn](#)

MESSO A PUNTO IN ITALIA

LA DIETA MIGLIORE CON TEST DELLE URINE



(AGI) - Roma, 5 ott. - Dall'Italia arriva una scoperta in grado di rivoluzionare il tradizionale modo di concepire la dieta.

Grazie all'analisi dei sedimenti contenuti nell'urina e' possibile determinare la dieta migliore da seguire per ogni singola persona. L'esame e' facile, non invasivo e poco costoso. Una dieta, per funzionare, deve essere personalizzata sulle caratteristiche e sui bisogni del paziente. E non deve mai essere rigidamente fissata. L'organismo reagisce a un nuovo regime alimentare modificando il metabolismo, gradualmente, nel tempo. Ecco perche', per trarre i massimi benefici da una dieta e per prevenire eventuali danni, occorre monitorarne l'andamento.

Oggi e' possibile con un semplice test delle urine, messo a punto dal centro di ricerca Cerifos di Milano.

"SedimenTest e' uno strumento facile e poco costoso per l'analisi dei cataboliti urinari - spiega Samorindo Peci, direttore di Cerifos - che sono quei sedimenti che possono dare indicazioni su che cosa l'organismo ha assimilato e cosa no. In particolare, il test individua quali macronutrienti (carboidrati, proteine, grassi) danno maggiori problemi durante la digestione. Questo permette al medico di studiare un'alimentazione mirata per il paziente, di tenere sotto controllo le modificazioni del metabolismo, inevitabili, conseguenti a ogni dieta, e di prescrivere, se serve, i farmaci piu' adatti al ripristino della funzionalita' intestinale". Una cattiva digestione di carboidrati, proteine e grassi comporta la presenza di sedimenti nelle urine. In particolare, la presenza di fosfato di calcio nel sedimento urinario si ricollega al malassorbimento dei carboidrati, l'acido urico e' il residuo del malassorbimento delle proteine, e l'ossalato di calcio e' il residuo del malassorbimento dei grassi. Per un quadro clinico accurato - Le indicazioni date dal test del sedimento urinario vanno verificate e completate con altre analisi. Problemi di disidratazione, disfunzioni renali e diabete possono essere individuati grazie al test del peso specifico delle urine. Indicazioni sull'acidita' dello stomaco possono risultare dal test del calcio: se i livelli di questo minerale nelle urine sono alti possiamo essere in presenza di un'alimentazione troppo ricca di grassi e zuccheri raffinati, mentre livelli bassi sono associati a problemi che vanno dal cattivo assorbimento delle proteine, alla celiachia, all'ipoparatiroidismo, all'insufficienza di vitamina D. Il test della tossicita' intestinale (test di Obermeyer) svela la presenza di composti tossici fenolici dovuti a problemi dell'intestino (disbiosi, ipocloridria, cattiva digestione, intolleranze). Il test dello stress surrenalico misura il livello di cloro nelle urine, che e' correlato al funzionamento piu' o meno corretto della ghiandola surrenalica.

[Altre notizie](#)

© COPYRIGHT 2010 AGI S.p.A. - Partita IVA: 00893701003