

**DIETETICA: La dieta con il test delle urine**

Comunicato del 5/10/2010

**Scoperta italiana: la dieta si determina in base al risultato del test delle urine. Ideato da Samorindo Peci di Cerifos, il test rivela che cosa la singola persona digerisce correttamente e cosa assimila meglio, oltre a mostrare un quadro sulla funzionalità dell'organismo. Dai risultati esce una dieta calibrata sulla singola persona. L'esame è facile, non invasivo e poco costoso.**

Dall'Italia, e precisamente da Milano, arriva una scoperta in grado di rivoluzionare il tradizionale modo di concepire la dieta. Grazie all'analisi dei sedimenti contenuti nell'urina è possibile determinare la dieta migliore da seguire per ogni singola persona. L'esame è facile, non invasivo e poco costoso, alla portata di tutti.

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 perché, per trarre i massimi benefici da una dieta e per prevenire eventuali danni, occorre monitorarne l'andamento. Oggi è possibile con un semplice test delle urine, messo a punto dal centro di ricerca Cerifos di Milano. «SedimenTest è 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 più adatti al ripristino della funzionalità intestinale».

Come funziona – 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 è il residuo del malassorbimento delle proteine, e l'ossalato di calcio è il residuo del malassorbimento dei grassi. Queste anomalie si possono individuare in modo rapido, spiega Samorindo Peci: «Il SedimenTest utilizza i reagenti appropriati a evidenziare queste sostanze nelle urine, su campioni raccolti al mattino, a digiuno. Si tratta di un'analisi facile e poco costosa da effettuare. In Italia il test è distribuito dalla SIOOT – Società Italiana Ossigeno-Ozono Terapia».

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'acidità 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 tossicità 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 è correlato al funzionamento più o meno corretto della ghiandola surrenalica.

Il SedimenTest, quindi, può essere un primo e semplice passo per diagnosticare la presenza di disbiosi e disturbi intestinali molto complessi. «Completato dalle altre analisi e rapportato al quadro ematico -conclude Samorindo Peci- il SedimenTest è uno strumento prezioso per individuare i danni di una dieta non appropriata, e aiuta il medico a effettuare i giusti interventi nutrizionali e terapeutici».

Cerifos - Centro di ricerca e formazione scientifica con sede a Milano diretto da Samorindo Peci, laureato in Medicina all'Università Cattolica di Roma e dottore in Scienze metaboliche, endocrinologia ed endocrinologia sperimentale. Cerifos sviluppa progetti di ricerca nell'ambito dell'immunologia e dell'endocrinologia concentrandosi sulle nuove frontiere aperte dalle terapie citochiniche e citoplasmatiche di tipo autologo. Il portale [www.cerifos.it](http://www.cerifos.it) offre a medici e pazienti informazioni sullo stato della ricerca italiana e internazionale in questo campo.