

- 06
- ott
-

[Dieta personalizzata con test delle urine](#)

Di **Mariposa**, in [Diete Dimagranti](#).

- 
- 
- 
- 
-  **Commenta!**

[Ads by Google](#)

[Scopri come sei](#)

Stressata o Imperturbabile? Fai il test e su ZoviPoint.it

www.ZoviPoint.it



C'è un nuovo modo di **perdere peso** e probabilmente rivoluzionerà le diete. Attraverso l'analisi dei sedimenti contenuti nell'urina è possibile determinare la **dieta** migliore. Il concetto ricorda un po' il **test del Dna**, ma questo esame è molto più preciso e affidabile. Una dieta perché dia i risultati sperati non deve essere mai troppo rigida, perché l'organismo reagisce a un nuovo **regime alimentare** modificando il **metabolismo**, gradualmente, nel tempo. Con il **test delle urine**, messo a punto dal centro di ricerca Cerifos di Milano, è possibile proprio tenere sotto controllo l'evoluzione di questo ciclo.

Il test analizza i cataboliti urinari, 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, evitando tutte le potenziali **intolleranze alimentari** che contribuiscono a gonfiare.

[Ads by Google](#)

[Programma Dimagrimento](#)

Finalmente un Metodo Efficace Per Dimagrire. Provalo Ora!

esteticaspecialistica.com/dimagrire

Questi sedimenti vengono rintracciati nelle urine a seguito di una cattiva digestione di [carboidrati](#), proteine e grassi. In particolare, la presenza di fosfato di calcio 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.

Per avere il quadro di una persona completa e iniziare a studiare la dieta, dopo quello delle urine, occorrono altri esami come il test del **peso specifico** delle urine che indica problemi di disidratazione, disfunzioni renali e diabete, o quello del calcio che invece segnala se l'alimentazione è troppo ricca di grassi o [zuccheri raffinati](#). Infine, l'analisi della tossicità intestinale (**test di Obermeyer**) svela la presenza di composti tossici fenolici dovuti a problemi dell'intestino, come una cattiva digestione o le più comuni intolleranze, e il [test dello stress](#) surrenalico misura il livello di cloro nelle urine, che ovviamente è correlato al funzionamento della ghiandola surrenalica.