

Se la dieta non funziona

Ideato da **Samorindo Peci** del centro di ricerca **Cerifos** di Milano, il test delle urine che rivela cosa assimiliamo e cosa no

Con un'analisi dei sedimenti contenuti nelle urine, cioè un esame facile, non invasivo e poco costoso, è ora possibile avere un quadro sulla funzionalità dell'organismo e, di conseguenza, mettere a punto una dieta calibrata alle proprie esigenze. **SedimentTest**, messo a punto dal centro di ricerca Cerifos di Milano, individua quali macronutrienti (carboidrati, proteine, grassi) danno maggiori problemi durante la digestione.

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".

In Italia il test è distribuito dalla SIOOT – Società Italiana Ossigeno-Ozono Terapia».

