

# La dieta giusta? La decide l'urina



GIOVEDÌ 07 OTTOBRE 2010 06:01 REDAZIONE



DALL'ITALIA. *Una dieta basata sull'analisi regolare delle urine del soggetto.* In base ai risultati del test, il medico decide la rotta, apportando o meno cambiamenti al regime alimentare.

Questo è **SedimenTest**, sistema creato dal centro di ricerca Cerifos di Milano. Gli studiosi Cerifos sono partiti da un dato di fatto: **la dieta efficace non è rigida e dogmatica ma anzi, capace di reagire ai mutamenti del paziente e del suo organismo.** Per poter far ciò, è necessario avere un faro dei cambiamenti, che consenta di massimizzare i benefici e correggere eventuali danni.

Per i ricercatori, la risposta a tali necessità è SedimenTest, un test delle urine.

Spiega Samorindo Peci, direttore di Cerifos: *"SedimenTest è uno strumento facile e poco costoso per l'analisi dei 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, 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"*.

Ad esempio, Peci sottolinea come **la cattiva digestione di alcuni elementi (carboidrati, proteine e grassi) ha come risultato la formazione di sedimenti nelle urine. Così, livelli considerevoli di fosfato di calcio nel sedimento urinario si ricollegano al malassorbimento dei carboidrati, livelli di acido urico sono il residuo del malassorbimento delle proteine e l'ossalato di calcio è figlio di grassi male assorbiti.**

SedimenTest individua tali problemi, poiché *"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"*. Peci fa notare come per trarre il massimo dal test, esso potrebbe dover essere utilizzato con altri strumenti diagnostici.

Newsfood