

# LE VIGARO

293 / 05.2019

Più di una semplice newsletter di medicina di laboratorio  
Dr. med. Edouard H. Viollier, FMH in medicina interna  
Dominic Viollier, lic. oec. HSG

## Zinco

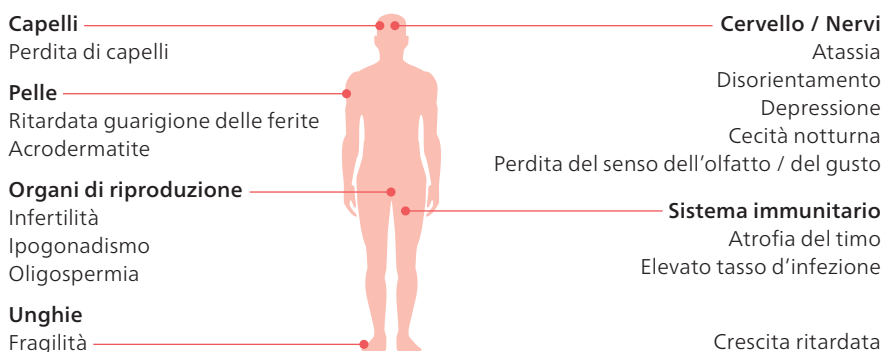
### Un oligoelemento essenziale

#### Contesto

Lo zinco regola più di 300 enzimi. Nelle persone anziane, vegetariane e vegane come pure dopo una resezione dell'intestino, esiste un elevato rischio di carenza di zinco con conseguenze a livello di salute e rendimento. Un'assunzione troppo elevata può invece portare ad una carenza di rame e a disturbi dell'emopoiesi, del metabolismo del ferro e del calcio; di conseguenza una sostituzione deve sempre essere monitorata. Questo vale anche nel caso di assunzione di prodotti di alimentazione complementare contenenti zinco. Questi sono consumati da fino al 20% degli adulti e possono avere un tasso d'assorbimento aumentato di 1 – 3 volte rispetto allo zinco naturale. Inoltre il dosaggio è sovente superiore ai 13.7 mg al giorno consigliati. Fabbisogno giornaliero: uomini 10 mg, donne 7 mg, donne durante gravidanza / allattamento 11 mg, bambini 3 – 7 mg.

#### Sintomi della carenza di zinco

Controllare durante supplementazione



#### Intossicazione da zinco

Irritazioni delle mucose, nausea, vomito, disturbi dell'emopoiesi, disturbi nel metabolismo di rame, ferro e calcio

#### Indicazione

- Persone anziane
- Malnutrizione / Malassorbimento
- Persone vegetariane / vegane
- Prima di un'assunzione di zinco
- Durante la sostituzione di zinco: controllo di zinco, rame, ferritina e calcio

#### Metodo

Spettrometria di massa a plasma accoppiato induttivamente (ICP-MS)

#### Materiale

**Plasma** provetta per oligoelementi, blu (15)



**Urina** provetta per urina spontanea, senza conservante (52) da urina spontanea o delle 24 ore



#### Prezzo

CHF 44.–

CHF 46.50

#### Informazioni Letteratura su richiesta

Dr. phil. Il Lila Tomova, MSc. in Ecology, Sost. responsabile Analisi speciali

Dr. phil. Il Maurus Curti, Specialista FAMH in medicina di laboratorio, Responsabile Analisi speciali

Dr. med. Uta Deus, Medico specialista in medicina interna, Candidato specialista FAMH in medicina di laboratorio, Corelab

Dr. sc. nat. ETH Stefano Longoni, MHA, Specialista FAMH in medicina di laboratorio, Responsabile Produzione decentrale e Assicurazione qualità

#### Redazione

Dr. med. Maurice Redondo, FMH in ematologia, Specialista FAMH in medicina di laboratorio, Responsabile Produzione centrale