

CASISTICA SULL'EFFICACIA DI UNA DIETA CHETOGENICA INTEGRATA CON FITOESTRATTI

Faedo A et Al; Piante medicinali, Numero Speciale giugno 2012 - ISSN 1825-5086

Introduzione

Scopo di questo lavoro è verificare l'efficacia di un protocollo commerciale per la riduzione ponderale (Metodo Tisanoreica) al fine di avere una aspettativa preventiva sulla perdita di peso.

Materiali e metodi

La casistica è stata valutata presso la farmacia Rossetto di Malcontenta di Mira (Ve) ed ha coinvolto 189 persone divise come segue: 52 hanno seguito il protocollo base, 20 il protocollo medio e 117 hanno seguito il protocollo urto. Il campione non presentava forme patologiche conclamate ma situazioni borderline riconducibili a ipertensione, dislipidemia, alterazione profilo glucidico. La maggioranza del campione si collocava nella fascia del sovrappeso. L'osservazione è stata proporzionale alla durata del protocollo e le persone interessate sono state sottoposte a valutazione antropometrica (peso, circonferenza addome, vita e fianchi) all'inizio dell'intensiva e alla fine della stabilizzazione. Il Metodo Tisanoreica prevede due fasi (tabella 2) che tecnicamente si discriminano in quanto la prima è chetogenica (intensiva), la seconda è ipocalorica/ipoglucidica (stabilizzazione). La durata delle due fasi caratterizza i protocolli commerciali: base 20 giorni (10 giorni intensiva, 10 stabilizzazione), medio 30 giorni (15 giorni intensiva, 15 stabilizzazione) e urto 42 giorni (21 giorni intensiva, 21 stabilizzazione). La dieta prevedeva anche l'assunzione di tre miscele di fitoestratti allo scopo di mitigare gli effetti collaterali: depurativo (*Durvillea antarctica*, Rafano nero, Menta, Liquirizia, Carciofo, Equiseto), diuretico (*Equiseto*, Asparago, Betulla, Cipresso, Gramigna, Mais) e tonico (*Eleuterococco*, *Miura puama*, Ginseng, Guaranà, Caffè, Anice).

Risultati

Tutti i pazienti hanno ottenuto una riduzione ponderale (tabella 3) tale da risolvere/ridurre il sovrappeso. In media, la riduzione ponderale è pari a 4,5 kg (base), 5,9 kg (medio) e 7,5 kg (urto). Per quanto concerne le circonferenze il protocollo: base riduce, in media, addome di 8,8 cm, vita di 6,3 cm e fianchi di 5,6 cm; medio riduce, in media, addome di 8,2 cm, vita di 5,8 cm e fianchi di 5,4 cm e urto riduce, in media, addome di 9,6 cm, vita di 8,3 cm e fianchi di 7,4 cm.

Conclusioni

I risultati consentono di affermare che il Metodo Tisanoreica, finalizzato alla riduzione ponderale, permette di conseguire dei risultati a prescindere dall'età del soggetto, inoltre, tali risultati aumentano con la durata del protocollo. Oramai è assodato che anche una modesta riduzione ponderale determina un miglioramento dei valori pressori, del profilo lipidico e del compenso glico-metabolico riducendo significativamente i fattori di rischio favorevoli allo sviluppo di malattie cardiovascolari, metaboliche e neurologiche.