



IL BENESSERE CERTIFICATO DEGLI INTEGRATORI JUVO

*Uno studio effettuato da medici della
Fondazione IRCCS Ca' Granda
Ospedale Maggiore Policlinico
di Milano conferma le proprietà
benefiche di JUVO*

IL BENESSERE CERTIFICATO DEGLI INTEGRATORI JUVO

Uno studio effettuato da medici della Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico di Milano conferma le proprietà benefiche di JUVO

Il moderno stile di vita, fatto spesso di sedentarietà, cattiva alimentazione e stress, si accompagna sempre più di frequente a patologie che possono diventare croniche e favorire a loro volta la comparsa di altre malattie.

Per esempio una cattiva alimentazione può portare malattie cardiache e respiratorie, diabete, ipertensione e alcune forme di cancro.

Spesso ne deriva un eccesso di massa grassa, che se si trasforma in obesità porta a svariati rischi. Dal punto di vista medico, questi rischi, non sono solo legati all'eccesso di grasso, sono anche correlati ai cambiamenti endocrini e metabolici.

Uno studio effettuato da illustri ricercatori della Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico di Milano, ha esaminato un campione di persone durante l'assunzione di Juvo, alimento realizzato con oltre 50 ingredienti vegetali liofilizzati crudi, in grado di equilibrare l'alimentazione, apportando nella dieta nutrienti che assumiamo di rado.

Juvo può anche essere utilizzato come sostitutivo di uno dei pasti principali. In questo caso, associato a movimento fisico, oltre che a mantenersi in salute aiuta anche a perdere peso.

Lo studio ha messo a confronto i valori metabolici del campione dopo l'assunzione di un pasto normale e dopo l'assunzione di Juvo come pasto sostitutivo.

L'obiettivo era valutare l'efficacia di tre mesi di utilizzo del prodotto come sostituto del pasto all'interno di un regime dietetico moderatamente ipocalorico e iperproteico in 20 volontari sani, 4 uomini e 16 donne, di età compresa tra i 29 e i 55 anni, e con un indice di massa corporea di $30,8 \pm 4,7 \text{ kg/m}^2$.

Ricordiamo che l'indice di massa corporea (abbreviato lmc o Bmi, dall'inglese body mass index) è il rapporto tra peso e quadrato dell'altezza di un individuo ed è utilizzato come un indicatore dello stato di peso forma.

Dunque, con lo studio si sono monitorati diversi valori. Si sono valutati per esempio lo stato glicemico, il profilo lipidico, ovvero i dati di colesterolo, trigliceridi, il livello ossidativo, la ripartizione dei macronutrienti nella dieta.

I rilievi dopo l'assunzione di un pasto sostitutivo Juvo hanno rivelato come la ripartizione dei macronutrienti nella dieta fosse: proteine 18-19%, carboidrati 52-53%, lipidi 27-28%, fibre 30-35 g, con colesterolo < 200 mg.

È emerso quindi che la media di incremento di glucosio, insulina e trigliceridi risultava significativamente minore dopo il pasto con Juvo rispetto al pasto standard (Tabella 1).

(Tabella 1).

	BASALE	DUE ORE DOPO IL PASTOSO SSTITUTIVO CON JUVO	DUE ORE DOPO UNL PASTO STANDARD
GLUCOSIO (mg/dL)	91.6±9.2	87.0±10.7 (-4.3%)	94.9±23.1 (+4.4%)
INSULINA (mg/dL)	10.6±7.1	11.0±13.4 (+2.1%)	49.0±60.9 (+306%)
TRIGLICERIDI (mg/dL)	91.6±9.2	89.9±36.1 (-5.8%)	119±48.8 (+37.6%)

	PASTO SOSTITUTIVO	PASTO STANDARD
Kcal	140(per40g)	800-900
Glucidi %	85,7	60
Lipidi %		25
Protidi%	11,4	15

I risultati ottenuti suggeriscono che l'utilizzo di Juvo come pasto sostitutivo, associato ad una dieta moderatamente ipocalorica e lievemente iperproteica portano a una riduzione del peso di circa il 6%, di una riduzione della circonferenza vita di circa il 4% e a una riduzione dell'indice della massa corporea (Bmi) di circa il 6%.

Ma c'è di più. L'assunzione di Juvo porta a diminuire gli stimoli della fame e quindi a un miglior controllo dell'introito calorico. Rispetto al campione dello studio, nei soggetti con alterazioni dei parametri osservati si sono poi osservate diminuzioni delle concentrazioni di glicemia e trigliceridi dopo i tre mesi di trattamento.

Inoltre l'associazione di una dieta con un sostitutivo del pasto dalle proprietà antiossidanti ha consentito di limitare l'innalzamento delle specie reattive dell'ossigeno nel sangue, diminuendo il rischio di stress ossidativo e contrastando quindi l'invecchiamento delle cellule.