

KLIININEN TUTKIMUS: ATERIANKORVIKEVALMISTEET

“Lisäproteiinin saanti käytettäessä ateriankorvikevalmisteita, joihin on lisätty proteiinia, verrattuna normaaliin proteiinin saantiin ja ateriankorvikevalmisteiden käyttöön ylipainoisilla henkilöillä”

Marion Flechtner-Mors, Ph.D. ja Herwig Ditschuneit, M.D.
Ulmin yliopisto, Saksa

Tutkimuksen aihe: Tutkimukseen osallistui 110 ylipainoista henkilöä, joita seurattiin 12 kuukauden ajan, tavoitteena selvittää ravinnon sisältämän proteiinin määrän vaikutus painonhallintaan.

Tutkimuksen toteutus: Tutkimuksen ensimmäinen vaihe kesti kolme kuukautta. Yksi tutkimusryhmä sai lisäproteiinia, ja sen jäsenet noudattivat painonhallintaohjelmaa, jossa korvattiin kaksi ateriaa maitoon valmistetulla Formula 1 -pirtelöllä (Euroopassa käytetty koostumus). Pirtelöihin lisättiin Euroopassa myytävää yksilöllistä proteiinijauhetta. Toisen ryhmän ruokavalio sisälsi tavallisen määrän proteiinia. Ryhmään kuuluneet henkilöt eivät käyttäneet ateriankorvikevalmistetta, ja heitä ohjeistettiin nauttimaan tavallinen määrä proteiinia osana vähäenergistä sekaruokavaliota.

Tutkimusjakson viimeisten yhdeksän kuukauden aikana molemmat ryhmät korvasivat yhden aterian päivässä pirtelöllä ja nauttivat saman määrän proteiinia kuin tutkimuksen ensimmäisten kolmen kuukauden aikana.

Tutkimustulokset: Tutkimus vahvisti, että proteiinilisän sisältävien ateriankorvikevalmisteiden nauttaminen tukee painonhallintaa tehokkaammin kuin pelkkä ravinnon energiamäärän rajoittaminen. Tutkimus osoitti, että kahden aterian korvaaminen Formula 1 -pirtelöllä on tehokkaampi tapa hallita painoa kuin perinteinen aterioiden energiamäärän rajoittaminen.

Lisäksi tehtiin se merkittävä havainto, että ylipainoon normaalisti liittyvien terveysongelmien riski aleni 64 prosentilla lisäproteiinia nauttineista, kun tavallisen määrän proteiinia nauttineilla vastaava luku oli vain 41 prosenttia.

Tutkimustulosten julkaiseminen: Tutkimuksen tiivistelmä eli lyhyt yhteenveto esiteltiin tämän vuoden Euroopan lihavuustutkijoiden ECO-kongressissa (European Congress of Obesity) Genevessä, Sveitsissä, sekä lihavuustutkimukseen keskittyvän The Obesity

Science

Societyn maailmankonferenssissa Phoenixissa, Yhdysvalloissa. Tutkimusta on tarjottu julkaistavaksi arvostetussa tieteellisessä julkaisussa, ja tutkimuksen laatijat odottavat saavansa myönteisen julkaisupäätöksen.

HUOM! Kliininen tutkimus on koehenkilöillä tehty tutkimus, jolla vastataan tiettyyn tutkimuskysymykseen tai -oletukseen.

Marion Flechtner-Mors, Ph.D., on Herbalifen ravitsemusneuvottelukunnan jäsen.

Tässä esitetyt tulokset eivät ole tae vastaavanlaisista tuloksista. Herbalife-tuotteiden avulla saavutetuissa tuloksissa voi olla yksilöllisiä eroja.