

<http://www.teletica.com/noticia-detalle.php?id=73469&idp=1>

50

TELETICA

Costa Rica, Viernes 19 de noviembre de 2010

Inicio
Programas
Noticias
Deportes
Videos
Señal en vivo

Programas
Buen Día
7 Días
7 Estrellas
Baillando por un sueño
A toda máquina
Quién quiere ser millonario
Ver más

Todos los  
**MARTES**

**8:15 P.M.**

**A TODA  
MÁQUINA**

domingos 1:15 p.m

Temas
Inicio > Teleticas > Salud

TELE  
NOTICIAS

## Una dieta rica en proteínas consigue reducir el doble el perímetro abdominal, según estudio

Europa press  
Adaptación: Teletica.com  
Actualizado 02:38 pm  
18 de Noviembre de 2010

Reducir la ingesta de grasas y azúcares aportando la cantidad de proteínas que necesita el organismo puede resultar beneficioso para perder peso ya que, según los resultados preliminares del estudio 'Pronkal', puede incluso duplicar la reducción del perímetro abdominal que se conseguiría con una dieta hipocalórica.

En dicho estudio, en el que participaron 76 pacientes con obesidad, se ha tratado de demostrar la eficacia de lo que se conoce como 'Método Pronokal', una dieta proteinada que después de 60 días de seguimiento ha demostrado que puede ayudar a perder una media de 13,48 kilos de peso.

Esa pérdida de peso ha sido mucho mayor en comparación con el grupo de pacientes que inició una dieta hipocalórica, ya que la media de pérdida de peso en estos casos fue de 4,31 kilos.

Por otra parte, el perímetro abdominal de los pacientes que han seguido este novedoso método se ha reducido un promedio de 11,59 centímetros, a diferencia de los pacientes que han realizado dieta hipocalórica, que lo han reducido 5,43 centímetros.

Finalmente, el grupo que ha seguido el 'Método Pronokal' pierde peso a base de la pérdida de grasa, manteniendo el músculo (pérdida de 0,91 kilos de masa magra en 60 días de los 13,48 kilos perdidos), mientras que el grupo con dieta hipocalórica ha perdido 2,44 kilos de masa magra de los 4,31 kilos perdidos.

Según Ignacio Sajoux, medical adviser de Pronokal, estos resultados reflejan que se trata de "un procedimiento útil en el tratamiento para la obesidad y el mantenimiento del peso perdido a largo plazo", siempre que se lleve un abordaje multidisciplinar y se mantengan unos buenos hábitos alimentarios.

Por otro lado, Pronokal ha inaugurado este jueves en Valencia un nuevo Centro de Asesoría Dietética Presencial, que cuenta con siete despachos destinados a la asesoría dietética, y una sala polivalente que permite concentrar una gran variedad de servicios dirigidos tanto a pacientes como a médicos.

IMPRIMIR
RECOMENDAR

★★★★☆ Resultado: 1.5 (Votantes: 2)

Teleclaves

- Abdomen
- Dieta
- Obesidad

Ver más noticias

SIGUE:

ALFRED HITCHCOCK

03:00 am

Guía completa

Dólar

El tiempo

Escribanos

Noticias RSS

WAP

Reglamentos

Enlaces

50 años de historia. Siempre con estilo.

Si usted no tiene Alzheimer podrá recordar que estamos para ayudarle!

Trabaje con nosotros

## Una dieta rica en proteínas consigue reducir el doble el perímetro abdominal, según estudio

Europa press

Adaptación: Teletica.com

Actualizado 02:38 pm

18 de Noviembre de 2010

Reducir la ingesta de grasas y azúcares aportando la cantidad de proteínas que necesita el organismo puede resultar beneficioso para perder peso ya que, según los resultados preliminares del estudio 'Prokal', puede incluso duplicar la reducción del perímetro abdominal que se conseguiría con una dieta hipocalórica.

En dicho estudio, en el que participaron 76 pacientes con obesidad, se ha tratado de demostrar la eficacia de lo que se conoce como 'Método Pronokal', una dieta proteinada que después de 60 días de seguimiento ha demostrado que puede ayudar a perder una media de 13,48 kilos de peso.

Esa pérdida de peso ha sido mucho mayor en comparación con el grupo de pacientes que inició una dieta hipocalórica, ya que la media de pérdida de peso en estos casos fue de 4,31 kilos.

Por otra parte, el perímetro abdominal de los pacientes que han seguido este novedoso método se ha reducido un promedio de 11,59 centímetros, a diferencia de los pacientes que han realizado dieta hipocalórica, que lo han reducido 5,43 centímetros.

Finalmente, el grupo que ha seguido el 'Método PronoKal' pierde peso a base de la pérdida de grasa, manteniendo el músculo (pérdida de 0,91 kilos de masa magra en 60 días de los 13,48 kilos perdidos), mientras que el grupo con dieta hipocalórica ha perdido 2,44 kilos de masa magra de los 4,31 kilos perdidos.

Según Ignacio Sajoux, medical adviser de Pronokal, estos resultados reflejan que se trata de "un procedimiento útil en el tratamiento para la obesidad y el mantenimiento del peso perdido a largo plazo", siempre que se lleve un abordaje multidisciplinar y se mantengan unos buenos hábitos alimentarios.

Por otro lado, Pronokal ha inaugurado este jueves en Valencia un nuevo Centro de Asesoría Dietética Presencial, que cuenta con siete despachos destinados a la asesoría dietética, y una sala polivalente que permite concentrar una gran variedad de servicios dirigidos tanto a pacientes como a médicos.